бібліятэка Свабоды

XXI стагодзьдзе

жыцьцё пасьля раку

радыё свабода

жыцьцё
пасьля раку

Радыё Свабодная Эўропа / Радыё Свабода

Жыцьцё пасьля раку. (Бібліятэка Свабоды. XXI стагодзьдзе.) — Радыё Свабодная Эўропа / Радыё Свабода, 2014. 220 с.

Заснавальнік і каардынатар сэрыі
Аляксандар Лукашук

Аўтар ідэі, каардынатар праекту «Жыцьцё пасьля раку»,
рэдактар *Ганна Соўсь*
Мастак *Генадзь Мацур*
Карэктар *Сяргей Шупа*

«Жыцьцё пасьля раку» — гісторыі анкалягічных хворых, якія пасьпяхова лечацца, ведаюць, што рак — гэта не прысуд, і дапамагаюць іншым усьвядоміць гэта і змагацца з хваробай.

У кнізе выкарыстаныя фотаздымкі Ўладзімера Грыдзіна, Лоры Зайцавай, Алеся Сухадолава, карэспандэнтаў Радыё Свабода, з асабістых архіваў.

norden
Кніга выдадзеная пры падтрымцы Nordic Council of Ministers

FOL
ISBN 978-0-929849-67-6

Зьмест

На жаль, на шчасьце

На жаль, гэтая кніга будзе рабіцца больш папулярнай зь цягам часу, бо з ростам працягласьці жыцьця і якасьці дыягностыкі колькасьць анкалягічных пацыентаў у сьвеце будзе толькі расьці.

На шчасьце, досьвед, які сабраны ў гэтым першым у Беларусі эвангельлі жыцьця пасьля раку, сьведчыць пра магчымасьць такога жыцьця.

На жаль, роспач, адчай і слабасьць, якія часам апаноўваюць людзей пасьля анкалягічнага дыягназу, не спрыяюць вылячэньню.

На шчасьце, удзельнікі гэтай кнігі самі ёсьць пераможным аргумэнтам у няспыннай вайне чалавецтва супраць заўчаснай сьмерці.

На жаль, табу, якімі мы ратуемся ад незразумелага, таемнага і фатальнага, ёсьць часткай нашай культуры, гісторыі, быцьця.

На шчасьце, мы можам мяняцца і мяняць жыцьцё — так, як гэта робяць героі гэтай кнігі.

Бо рабіць гэта могуць толькі героі.

Аляксандар Лукашук,
Радыё Свабода

Сяржук Бахун

Каханьне мацнейшае за лекі

Былы лідэр берасьцейскага «Маладога фронту» захварэў на рак шчытападобнай залозы ў 29 гадоў. А ўжо праз год ажаніўся зь менскай прыгажуняй. Цяпер Сяржук Бахун і Сьвятлана Завадзкая гадуюць дачушку Адэлю. Зь Сержуком Бахуном у Менску сустрэлася ***Аляксандра Дынько****.*

Пакуль шукаем у парку месца для здымак, Сяржук распавядае, як учора хадзілі ў тэатар опэры і балета, глядзелі «Вітаўта».

«Так хутка час прайшоў, нават есьці не захацелася, — жартуе Сяржук. — Мне ж звычайна есьці хочацца ў гэтых тэатрах, а тут спадабалася вельмі».

Згадваем пра Адэлю. Яна стала хадзіць у садок і, як усе дзеткі, часам хварэе на прастуды. Сяржук перажывае: «Лепш бы сам хварэў, далібог, чым дачка».

Нарэшце знаходзім месца, дзе найбольш сонца. Пачынаем размову:

«На 99,5% лічу, што прычына — Чарнобыльская катастрофа, — упэўнена кажа Сяржук. — Перад маёй апэрацыяй доктар рабіў апытаньне. Трэба было адказаць, дзе нарадзіўся, дзе жыву, сваякі. І адно з пытаньняў — дзе я быў падчас катастрофы на Чарнобыльскай АЭС. Не запытвалі ж, дзе я знаходзіўся падчас іншых падзеяў. Менавіта гэта іх цікавіла».

Бахун якраз з Гомельскай вобласьці. Падчас выбуху сям’я жыла ў Жыткавіцкім раёне. Сяр-

геeў бацька быў ліквідатарам. Пасьля аварыі ў Брагінскім раёне ён пераворваў зямлю, каб «пахаваць» радыяцыйны пыл.

«У аддзяленьні са мной ляжалі людзі, дык усе неяк зьвязаныя былі з катастрофай ці з гэтымі мясьцінамі, — працягвае Бахун. — Хтосьці быў ліквідатарам, хтосьці жыў там».

У само Берасьце Сяргей пераехаў ужо ў 1993 годзе. У 2005 паставілі дыягназ — рак. Яму было 29 гадоў.

«Праблема ў тым, што анкалягічная хвароба адбываецца бессымптомна. Не адчуваеш, што ў цябе нешта баліць. Ну стома. Але думаеш, што, напэўна, лянуесься. І я так думаў. Прымушаў сябе заўжды, — так згадвае Сяргей пачатак сваёй хваробы. — А потым у мяне лімфавузел на шыі трохі напух. Я пачаў зьвяртацца да дактароў. Дактары рознае казалі — адзін адно, другі другое. Хадзіў туды-сюды, ня ведаў проста, да якога доктара ісьці. Але пашанцавала, што трапіў да маладога хірурга, які заўважыў, што можа быць праблема ў анкалёгіі. Зрабілі УЗІ, і сказалі, што апэрацыю трэба рабіць тэрмінова».

Сяргей кажа, што вось гэтыя «хаджэньні па дактарах» занялі паўгоду. Калі прыехаў у Менск афармляцца на апэрацыю, сказалі — рабіць тэрмінова.

«Калі мне дыягназ сказалі, я з-за сваёй мэдычнай неадукаванасьці не разумеў усёй небясьпекі гэтай хваробы. Думаў, што гэта нешта

кшталту грыпу ці апэндыцыту. Але па рэакцыі людзей гэта было відаць. Я прыехаў у Менск, і мэдсястра, якая мяне афармляла, такімі глядзела вачыма, нібыта іншапляанэтніка пабачылі. І тут я ўжо зразумеў, што гэта небясьпечна. Сам пачаў хвалявацца».

Супакоіў Сяргея доктар, які і зрабіў яму апэрацыю.

«Ён мне сказаў: «Сяргей, цяпер гэтая хвароба лечыцца, ты не перажывай». А я тады яшчэ ў Францыю хацеў паехаць на лекаваньне, дык ён паказаў мне вынікі УЗІ і кажа: “Можа, яно ў Францыі нешта і лепш, але ў цябе часу вельмі мала. Сам глядзі”, — кажа Сяргей. — Але самае галоўнае для мяне было тады позірк гэтага лекара — дабрадушны і разумны. Я сябе даверыў яго рукам».

...самае галоўнае для мяне было тады позірк гэтага лекара — дабрадушны і разумны. Я сябе даверыў яго рукам.

Бахун распавядае, што калі ляжаў у лякарні ў 2005 годзе, удзень рабілася па восем падобных апэрацыяў: два гады таму ляжала ягоная сваячка, дык казала, што больш за дзясятак робіцца.

«Гэта канвэер, — падсумоўвае Сяржук».

«Цяпер, паколькі Беларусь вырошчвае сельгаспрадукты на забруджанай тэрыторыі, то яна і распаўсюдзілася па ўсёй краіне. Хворыя ўжо

ня толькі ў Гомельскай, Берасьцейскай і Магілёўскай вобласьці, але і ва ўсіх астатніх. Уся Беларусь хворая! — сьцьвярджае Бахун. — Гэта з-за таго, што мы неразумна выкарыстоўваем землі, забруджаныя радыенуклідамі».

...дыктатура больш жорсткі вораг за хваробу. Лячыся — і працягвай сваё змаганьне.

«Мяне моцна вельмі сябры і сваякі падтрымалі», — так Сяргей апісвае, як яму ўдалося пераадолець страх перад дыягназам.

«На другі дзень лекаваньня мне стала так сумна, так горка. А ў майго сябра быў дзень народзінаў. Патэлефанаваў яму, павіншаваў, пасьля ён пытаецца, як у мяне справы. Я кажу: “Ведаеш, Алег, нешта цяжка на душы, сумна”». І ён знайшоў вельмі правільныя словы:

«Сяржук, ты лідэр “Маладога фронту”, ты змагаесься з такім рэжымам. Ты зразумей, што дыктатура больш жорсткі вораг за хваробу. Лячыся — і працягвай сваё змаганьне». Я падумаў: ну сапраўды, я ж больш страшнага за хваробу не баюся, а тут скіс. І гэтыя сяброўскія словы патрапілі ў патрэбнае месца».

Ня кідайце сваіх — паўтарае Сяргей. Падтрымка ў такі час не дае чалавеку апусьціцца ў дэпрэсію.

«У аддзяленьне было проста паломніцтва! — кажа ён. — У мяне часам не было магчымасьці

да лекара схадзіць ці аналізы здаць, бо людзі прыходзілі, тэлефанавалі, і паўтаруся, што падтрымка людзей мае вялікае значэньне. Ты не застаесься сам на сам са сваім сумам, са сваёй праблемай — са сваёй хваробай. Ніколі не забуду вялікую падтрымку, якую мне аказала газэта “Наша ніва”. Да мяне ў Аксакаўшчыну, дзе я быў на рэабілітацыі, прыехалі журналіст Алесь Кудрыцкі і фатограф Андрэй Лянкевіч і зрабілі тады матэрыял пра мяне. Гэта было вельмі важна. Не было дня ды нават гадзіны, каб мне не тэлефанавалі, не прыходзілі, не прыяжджалі людзі».

Рэха*

Віктар Малочка: Шаноўны Сяргей і Святлана. Вельмі рады за Вас. Усяго Вам найлепшага. Няхай храніць Вас пан Бог. Сямья Малочкаў.

Крынічка: Храні Вас Бог!!!

---

* Камэнтары слухачоў Радыё Свабода і чытачоў на сайтах svaboda.org і tut.by

Зінаіда Берагейка
Божая дапамога, зёлкі і клічаўскі лес

Жыхарцы Клічава Зінаідзе Берагейцы дыягнаставалі рак тоўстага кішэчніка ў 69 гадоў. Хвароба змусіла яе ў такім паважным веку прайсьці апэрацыю ды хіміятэрапію. Пакуль лячылася, іншая хвароба забрала ў яе мужа. Зьмірыцца са стратаю і пасьляапэрацыйнымі пакутамі было няпроста, але яна іх перажыла. Зінаіда Берагейка верыць у Бога, людзкую спагадлівасьць, уласныя сілы, узаемадапамогу ды гаючую моц прыроды. Зінаіду Берагейку ў Клічаве наведаў ***Алесь Асіпцоў****.*

Больш за восем гадоў таму, ідучы на абсьледаваньне ў паліклініку, Зінаіда Берагейка ведала, што зь яе здароўем ня ўсё ў парадку. Жанчыне аднак думалася, што прычына — у хваробе сэрца. Аднак склалася іначай. Тыя даўнія падзеі Зінаіда Іванаўна згадвае разважліва, па драбніцах.

«Балела вельмі сэрца. Я лічыла, што на нагах перанесла інфаркт. А гэта быў недахоп гемаглябіну ў крыві. Не ўзбагачалася сардэчная мышца як сьлед кіслародам, і таму былі болі. Думала, што гэта сэрца і “хапала” ўсё — пакуль моцна не забалеў кішэчнік. Пайшла тады абсьледавацца. І гэта ўжо была злаякасная пухліна. Калі ўпаў гемаглябін ніжэй за 80, то ня варта ўжо ні ў кога пытаць... Мне тады было 69, а цяпер ужо за 78. А 2 лютага ў мяне другі дзень народзінаў. У гэты дзень мне зрабілі апэрацыю. Жыву больш за восем гадоў, і слава Богу».

Апэрацыю анкапацыентка перанесла добра. Двое сутак ёй рабілі ўколы з абязбольваючымі прэпаратамі. На трэція Зінаіда Іванаўна адмовілася ад іх, каб даведацца, як баліць рак пасьля апэрацыі.

«У мяне памерла сьвякроў ад анказахворваньня, дык мы тады дайшлі да морфію і калолі ёй ледзьве ня кожную гадзіну. І я думала, што абязбольваючыя — гэта наркотыкі і што іх нельга ўжываць, хіба толькі тады, калі наагул няма як сьцярпець. А пасьляапэрацыйны боль можна стрываць. Самае страшнае было — гэта хіміятэрапія. Ляжыш гадзіны чатыры ці пяць пад кропельніцай. Могуць быць і ваніты, і дыярэя. Ратавалі адно аднаго тады. Падтрымка людзкая заўжды цэніцца. Пра цябе патурбаваўся нехта — такі самы хворы, як і ты. У яго ёсьць сілы, і ён дапамог. Гэта вельмі важна!»

У мяне ўнукі ёсьць. Хочацца іх дагледзець. Пажаніць. Замуж аддаць. Таму і паставіла перад сабой задачу: “Трэба жыць, чытаць, лячыцца”.

Зінаіда Іванаўна ўпэўненая, што бязь веры ў жыцьцё адолець хваробу немагчыма. Ня варта, кажа яна, роспачна апускаць рукі ані старым, ані маладым, бо і адны, і другія прагнуць жыцьця. Жанчына прызнаецца, што шлях да выздараўленьня не абыходзіцца бяз стратаў.

«Мне ня дужа страшна было паміраць, бо значная частка жыцьця была пражытая. Але я вам хачу сказаць, жыць усе хочуць. У мяне ўнукі ёсьць. Хочацца іх дагледзець. Пажаніць. Замуж аддаць. Таму і паставіла перад сабой задачу: "Трэба жыць, чытаць, лячыцца". Я ж займалася зёлкамі. Дык вось "села" на гэтыя зёлкі, у якіх была ўпэўнена — залаты вус, растаропша, палын... І ўсё гэта пайшло на карысьць, і я жыву, дзякуй Богу. Быў у мяне добры сябра жыцьця — муж. Ён мо праз маю хваробу ды перажываньні і пайшоў заўчасна ў 64 гады. Ня стаў лячыцца своечасова, і вось вынік. Мая віна...»

Два сыны і муж цяжка перажывалі, пачуўшы ад Зінаіды Іванаўны дыягназ лекараў. Гэтая навіна агаломшыла. Сьмерць мужа для Зінаіды Іванаўны стала найвялікшым выпрабаваньнем падчас хваробы.

Дапамаглі ёй справіцца з горам дзеці ды блізкія. Спыніўшы на момант аповед, жанчына ўдумліва зірнула на фотку мужа і працягвае далей. Сьмерць, паўтарыла Зінаіда Іванаўна, не палохала. Але ж ведаеце, запытваецца яна зьнянацку, што найболей палохае анкапацыентаў?

«Баяцца наступстваў і скону. Скон дужа страшны — балючы. Нават і наркотыкі не заўжды дапамагаюць. Адчайвацца аднак ня трэба. У маім атачэньні чалавек пятнаццаць, слава Богу, пеpажылі і працягваюць жыць. Вядома ж, на пачатку ні ў кога ўпэўненасьці не

бывае. Але надзея павінна прысутнічаць заўжды. “Дапамагло людзям — дапаможа і мне”. Я надзеі ніколі ня кідала. Малілася. Бога прасіла. Калі магла, наведвала храмы. Я лічу, што мне Госпад дапамог і выратаваў. Даў мне сілы. Вось цяпер жыву. У Бога трэба верыць, і дапамога без сумневу будзе».

Кажучы пра Божую дапамогу ды зёлкі, Зінаіда Іванаўна не прамінула згадаць і гаючую моц роднага ёй клічаўскага лесу. Пакуль муж быў жывы, вазіў яе туды.

Трэба самім змагацца за жыцьцё. І не разьлічваць, што мы такія ўжо хворыя, што варта танцаваць каля нас. Трэба падымацца і ісьці.

«Вось падышла я да адной бярозкі. Абняла яе, пастаяла. Потым схадзіла да дубочка. Папрасіла ў яго сіл. І сьпінай да яго, і абняўшыся зь ім пастаяла. Пахадзіла. І вось гэтак кожны дзень. Калі мае суседзі, сябры чакалі, што будуць наведваць мяне, хворую, я ім сказала: “Ніякая я ня хворая. Вось, калі мяне зусім “складзе” — тады і будзеце хадзіць”. Трэба самім змагацца за жыцьцё. І не разьлічваць, што мы такія ўжо хворыя, што варта танцаваць каля нас. Трэба падымацца і ісьці».

Зінаіда Іванаўна са скрухай адзначае, што стаўленьне да анкапацыэнтаў не заўжды спагадлівае. Людзі пазьбягаюць хворых. Стараюц-

ца зь імі не кантактаваць. Жанчына прыслужвае ў Сьвята-Прэабражэнскай праваслаўнай царкве і згадвае адзін з выпадкаў:

«Мне і самой казалі: “Вы мне не налівайце асьвечанай вады, бо вы хворая — мне нальюць іншыя”. Я тады ціхенька ў бок адышла. Тады я сказала бацюшку, што ня варта грашыць перад Богам: “Ня стаўце мяне на гэтае паслушэнства, бо людзі сумняваюцца. Навошта, каб людзі грашылі”. Я не асуджаю нікога. Людзі проста ня ведаюць, каго яны староняцца. А трэба ўсё ж унікаць ва ўсё гэта і быць больш прасунутым і прагрэсіўным у гэтым пытаньні. У кожнага здаровага чалавека гэтыя клеткі ёсьць у арганізьме — гэта даказана навукоўцамі. Яны актывізуюцца тады, калі адбываецца нейкае моцнае ўзрушэньне, і вось тады яны пачынаюць браць верх над здаровымі клеткамі...».

Зінаіда Іванаўна ўпэўненая, што хваробу ня трэба ўтойваць, а пагатоў, ад сваякоў. Пра яе варта гаварыць і не саромецца гэтага. Наагул, кажа кабета, спагадлівых людзей болей, і яны дапамогуць у крытычных сытуацыях. Лекі для анкапацыентаў дарагія. Зінаіда Іванаўна згадвае, што калі ёй рабілі хіміятэрапію, то не маглі знайсьці ў продажы адзін патрэбны ёй мэдычны прэпарат. Яго ўрэшце купілі, але ў Расеі. Жанчына кажа пра гэты выпадак як пра будзённасьць:

«Шмат хворых самі дастаюць, купляюць. А што? У бюджэце няма столькі грошай на

хворых. Я толькі адзін раз купляла, але многія купляюць, бо не заўжды ёсьць патрэбныя кампанэнты. Таму ня трэба хаваць. Родзічы і блізкія ў дошку разьбіваюцца, каб дапамагчы. А гэта дарагога вартае».

Зінаіда Берагейка разам з мужам выгадавала дваіх сыноў. Цяпер у яе чацьвёра ўнукаў і праўнук. Яна дзякуе дактарам, якія ўратавалі яе і дапамаглі дажыць, як кажа, да тытулу бабулі.

Зінаіда Іванаўна ходзіць у царкву і пераканаеная, што вера ў Бога — паратунак для хворага і здаровага чалавека. А яшчэ яна дапамагае тым, хто перажыў анкалягічную хваробу або знаходзіцца на шляху выздараўленьня. Анкапацыенты, кажа Зінаіда Берагейка, ствараюць свае суполкі, каб разам уратавацца ад хваробы:

«Мяне ўзялі ў нашу групу для анкапацыентаў “Дапамажы сабе сам” — як прыклад, што ня трэба адчайвацца і не панікаваць, а трэба ўпэўнена лячыцца і самому сабе дапамагаць. Я і зарадку раблю, і фізкультурай займаюся. Вось гэта ўмацоўвае сілы. У анкапацыентаў адзіная мэта — уратавацца, працягнуць жыцьцё і перамагчы гэтую хваробу...»

Рэха

Рудкоўская: Вельмі добры і актуальны праект. Усю праўду пра захворваньні пасьля Чарнобылю хавалі і хаваюць. Праект нясе падтрымку і апошнюю надзею такім хворым якіх, на жаль, шмат ёсьць.

Сьвятлана Бергер

Палестынскі ўцякач дапамог габрэйцы

Сьвятлана Бергер справілася з анкалягічным захворваньнем і цяпер уласным прыкладам дапамагае паверыць іншым: рак — не прысуд. Паводле яе, выпрабаваньні нам даюцца роўна ў той колькасьці, якую кожны чалавек здольны пераадолець. Праўда, для гэтага трэба прыкласьці пэўныя намаганьні, бо ў выпадку маральнай капітуляцыі шанцы на посьпех моцна зьніжаюцца. Зь Сьвятланай Бергер пагутарыў ***Ігар Карней****.*

За год да 50-годзьдзя будучыня Сьвятланы Бергер была пастаўленая пад вялікае пытаньне — пад хранічным недамаганьнем хавалася страшная хвароба:

«У маім выпадку ўсё проста і цяпер дастаткова пазытыўна. Я сябе даўно дрэнна адчувала, але не зьвярталася да лекараў. Нават ня ведаю, як гэта патлумачыць, бо ў прынцыпе я чалавек, які нармальна ставіцца да лекараў. Мне зь імі ў жыцьці ўвогуле шанцавала, бо лекары захавалі маю дачку — калі б не пашчасьціла, проста не было б дзіцяці. Я ўсю цяжарнасьць праляжала на захаваньні, ад першага да апошняга дня.

Некалькі гадоў таму я знайшла выдатнага гамэапата. З аднаго боку, гэта вельмі добра: усялякія дробныя болькі я лекую гамэапатычнымі сродкамі, таму зьнікла неабходнасьць хадзіць па лекарах. Зь іншага боку, калі я спыніла паходы ў паліклініку, дык не здавала аналізы,

не рабіла флюараграфію. Калі стала ўжо зусім кепска і я ўсё ж пачала абсьледавацца, пасьля аналізу крыві выявілася: у мяне гемаглябін каля 60. Прыватным чынам пайшла на кансультацыю да лекара, і мне, зноў жа, пашанцавала: яна сказала, што гэта нагода для экстранай шпіталізацыі».

Сьвятлана згадвае: калі прыйшла ў паліклініку па накіраваньне ў шпіталь, загадчыца аддзяленьнем пачала запісваць яе ў чаргу — то бок, зьявіцца на абсьледаваньне праз тыдзень, праз два, празь месяц. На шпіталізацыі давялося настаяць самой. Як потым выявілася, своечасова: празь некалькі тыдняў Сьвятлана ўжо даведаецца пра несуцяшальны дыягназ — рак кішэчніка. На яе думку, у бальшыні выпадкаў менавіта марнаваньне часу вядзе да таго, што пра хваробу людзі даведваюцца на апошняй стадыі яе разьвіцьця:

«У лістападзе я даведалася пра дыягназ, а ў канцы сьнежня ў мяне была апэрацыя. У прынцыпе, усё добра, без мэтастазаў. Хіміятэрапія, якую я праходзіла, была ў таблетках, а гэта самы просты варыянт, самы лёгкі. Цяпер я сябе адносна

...мы баімся гэтага страшнага дыягназу, але цяпер бачу, што ў шмат якіх выпадках, асабліва калі гэта пачатковая стадыя захворваньня, ідзе практычна поўнае вылечваньне.

камфортна адчуваю, у нейкай ступені нават працаздольнай. Зразумела, усе мы баімся гэтага страшнага дыягназу, але цяпер бачу, што ў шмат якіх выпадках, асабліва калі гэта пачатковая стадыя захворваньня, ідзе практычна поўнае вылечваньне. Іншая справа, што сапраўды даводзіцца лекавацца некалькі гадоў, а потым назірацца. То бок, калі ад іншых захворваньняў можна пазбавіцца досыць хутка, лік ідзе прынамсі на месяцы, дык анкалёгія — гэта гады. Нават калі скончылася хіміятэрапія, усё роўна некалькі гадоў трэба стала назірацца, а значыць, увесь час памятаць, што не здаровы. Нават калі нічога не прымаць, гэта ўсё роўна лячэньне».

Сьвятлана Бергер — пэдагог-псыхоляг. Больш за паўтара дзясятка гадоў адпрацавала ў Менскім палацы дзяцей і моладзі. Кіравала моладзевым клюбам, арганізоўвала розныя праекты. Апошні — праект аўтарскай песьні «Белы сьвет». Цяпер зарабляе рэпэтытарствам. У вольны час бярэ ўдзел у кампаніях дапамогі анкалягічным пацыентам — па сабе ведае, які шок апаноўвае людзей пасьля агучваньня дыягназу:

«Першая думка, якая пранеслася, — гэта канец... Было шмат усялякіх прычынаў, з-за якіх я не захацела заставацца ў шпіталі і запатрабавала, каб мяне выпісалі. Загадчыца аддзяленьнем тады літаральна на хаду, бягом, у калідоры шпіталя, кажа: прыйшлі вынікі гіс-

талёгіі — у вас рак. Гэта быў шок, у мяне адразу паліліся сьлёзы, была такая “маўклівая гістэрыка”. Я вельмі добра памятаю гэтыя думкі, гэты стан: усё, канец, гэта рак. Канец усім маім плянам, ідэям, пэрспэктывам. Усё заканчваецца, больш нічога ня будзе. Дзякуй Богу, паніка працягвалася нядоўга».

Вярнуўшыся дахаты, затэлефанавала дачцэ, сябрам. Пасьля размоваў з самымі блізкімі людзьмі на душы стала прынамсі лягчэй. А цяпер нават задаволеная, што давялося прайсьці праз такое выпрабаваньне.

Сьвятлана два дзясяткі гадоў трымаецца Веры Бахаі і мае ўласнае тлумачэньне выпрабаваньням, якія выпадаюць на долю чалавека:

Ведаю, што дасылаюцца нам толькі тыя выпрабаваньні, якія мы здольныя вытрымаць.

«Як верніца я ведаю, што сапраўднае жыцьцё — духоўнае. Яно ляжыць па-за матэрыяльным сьветам і нябачнае воку. І мы па-сапраўднаму жывём толькі тады, калі разьвіваецца душа. Калі яна пазбаўляецца ад усяго злога, імкнецца да дабра. Тады, калі яна зьвернутая да Бога. Дзякуючы выпрабаваньням, душа расьце нашмат хутчэй. Калі чалавек здольны гэта разумець, адчуваць, асэнсоўваць — гэта вялікае шчасьце. Ведаю, што дасылаюцца нам толькі тыя выпрабаваньні, якія мы здольныя вытрымаць. То бок усё, што

з намі адбываецца, — усё нам па сілах. Іншая справа, што мы з гэтым робім, наколькі мы хочам з гэтага выпрабаваньня выйсьці. Ці нас ахапляе паніка — і мы паддаемся, ці зьвяртаемся да вышэйшай сілы па дапамогу. Гэта ўжо залежыць ад уласнага выбару. Але ўсе гэтыя выпрабаваньні цалкам можна перажыць. Здаецца, што ў мяне цяпер гэта атрымліваецца. Я часта сябе адчуваю вельмі спакойна і радаснай — атрымліваецца радавацца таму, што ёсьць. Бо адчуваю, што душа мая расьце».

...да таго, як чалавек атрымае анкалягічны дыягназ, кожны думае: з кім заўгодна, толькі не са мной...

Разам з тым Сьвятлана Бергер перакананая: верыць у чароўнае выздараўленьне, нічога дзеля гэтага ня робячы, памылкова. У яе выпадку, як казалі лекары, хвароба магла разьвівацца ад 2 да 5 гадоў, і на першых стадыях пухліна, як правіла, дабраякасная. То бок, пры своечасовай дыягностыцы не спатрэбілася б нават поласная апэрацыя:

«Чаму людзі ня ідуць лекавацца, чаму не зьвяртаюцца да лекараў? Гэта пытаньне ўжо другога парадку. Але да таго, як чалавек атрымае анкалягічны дыягназ, кожны думае: з кім заўгодна, толькі не са мной, таму што ў мяне такога быць проста ня можа. Гэта, дарэчы, адна з прычынаў, чаму людзі доўга не высьвятляюць,

што зь імі адбываецца. На жаль, зь некаторымі гэта адбываецца і пасьля таго, як яны даведваюцца дыягназ: ня можа быць, каб я памёр, нават з гэтым я буду жыць і г. д. Прычым гэта тычыцца і вернікаў, і нявернікаў. Я была на пахаваньні маладой, прыгожай жанчыны, пратэстанткі, якая некалькі гадоў не лячылася ад раку грудзей. У выніку хавалі літаральна напаўразваленыя парэшткі. Яна ведала пра хваробу, але была перакананая, што Бог яе вылечыць, што яна будзе маліцца і тым самым будзе ўратаваная. У мяне гэтая карціна, думаю, увесь час будзе перад вачыма, хоць мінула ўжо, мабыць, больш за 10 гадоў. Упэўненая, што калі чалавек даведваецца пра дыягназ, яму трэба шукаць кваліфікаваных лекараў і лячыцца. Любы дыягназ, неістотна які. А што да анкалёгіі, дык, зразумела, у першую чаргу».

Наколькі можна ацаніць гатовасьць беларускай мэдыцыны да анкалягічных дыягназаў? Зыходзячы з уласнага досьведу, Сьвятлана Бергер лічыць, што кульгае перадусім пасьляапэрацыйная рэабілітацыя:

«З пункту гледжаньня хірургіі, напэўна, хіміятэрапіі, апраменьваньня і ўсіх астатніх нюансаў, мяркую, што гэта ўзровень усясьветны. Ва ўсялякім разе, я лекавалася ў анкалягічным цэнтры ў Бараўлянах і ня думаю, што можа быць дзесьці лепш. Я кансультавалася з знаёмымі лекарамі, бо ўжо нават разглядала варыянт прадаць кватэру, каб было чым заплаціць

за апэрацыю, і ехаць лячыцца ў Нямеччыну. Але мне адразу сказалі: нашы лекары апэрацыю зробяць гэтак жа і з той самай якасьцю. А вось пасьляапэрацыйны дагляд і, самае галоўнае, псыхалягічнае суправаджэньне, на жаль, яшчэ вельмі далёкія ад ідэалу. Псыхалягічнай дапамогі практычна няма ў Беларусі. Самае галоўнае, нашы лекары ня ведаюць, як ім размаўляць з пацыентамі. І ў выніку часам проста не размаўляюць. Я гэта на сабе выпрабавала. Калі ўзьнікаюць нейкія канкрэтныя страхі, калі чалавек просіць дапамагчы яму ў чымсьці, зразумела, што гэтым павінны займацца спэцыялісты. Гэта розныя сфэры, але яны павінны стала супрацоўнічаць. Хірургічнае, мэдыкамэнтознае лекаваньне, хіміятэрапія, апраменьваньне і псыхалягічная дапамога — гэта павінна быць усё разам».

Як кажа Сьвятлана Бергер, за яе здароўе маліліся сябры ў розных краінах, але найбольшая падтрымка сыходзіла ад дачкі Фаіны. Менавіта дачка падтрымлівала яе ў самы складаны пэрыяд жыцьця. Фаня скончыла Праскую кансэрваторыю па клясе габоя. І хоць выпускныя іспыты супалі з праблемамі маці, прыяжджала ў Менск на дзьве апэрацыі, каб быць побач. Цяпер дзяўчына вучыцца ў Вышэйшай школе музыкі ў нямецкім Тросінгене ў сусьветна вядомага прафэсара-габаіста Нікаласа Дэніэла.

Як кажа Сьвятлана, Фаіна выявіла сябе ня толькі любячай дачкой, але фактычна забясьпечыла ёй паўнавартаснае мэдыкамэнтознае лекаваньне. Сьвятлана згадвае, што на момант абвяшчэньня дыягназу засталася фактычна бяз сродкаў, таму тое, які паварот набылі наступныя падзеі, успрымае як цуд:

«Увогуле гэта фантастычная гісторыя. Справа ў тым, што для хіміятэрапіі нам бясплатна выдаюць айчынны прэпарат. Але ёсьць швэйцарскі арыгінал гэтага прэпарату. Зразумела, што арыгінал заўсёды лепшы за копію. Мяне нават лекары пераконвалі, што лепш прымаць швэйцарскі. Праблема толькі ў тым, што адзін двухтыднёвы курс каштуе пад 4 мільёны рублёў — грошы немалыя. І мая дачка апублікавала ў Фэйсбуку абвестку, што маме патрэбныя сродкі, каб набыць прэпарат для хіміятэрапіі. У выніку на мяне валам паваліліся грошы.

Вельмі шмат дапамаглі сябры-бахаі з розных краінаў, дасылалі грошы рэлігійныя габрэі. Прычым, часта гэта былі зусім незнаёмыя людзі — як водзіцца, сябры сяброў, дзесьці прачыталі і г. д. Праз міжнародныя сыстэмы “Кантакт”, “Лідэр” мне агулам прыслалі літаральна чатырохзначную суму. Але адна з самых цудоўных гісторый такая. Фаіну знайшоў хлопчык-палестынец, які жыве ў Празе. Яны з мамай жывуць там на дапамогу, якую дзяржава выдаткоўвае ўцекачам. Дык вось ён перадаў для мяне 200 эўра і яшчэ доўга выбачаўся, што

болей ня можа, бо гэта ўсё, што ў яго ёсьць. Гэтая гісторыя, як палестынскі ўцякач дапамагае габрэйцы, — яна ўвогуле мяне працяла».

Як расказала Фаіна, той палестынскі хлопец — сапраўдны музычны вундэркінд, адзін з найлепшых скрыпачоў у Чэхіі. Нягледзячы на мізэрную матэрыяльную дапамогу ўцекачам, ён знайшоў магчымасьць зноў дапамагчы Сьвятлане.

Сьвятлана Бергер шчыльна супрацоўнічае з групай падтрымкі анкалягічных пацыентаў, якую заснавала кіраўніца Беларускай арганізацыі працоўных жанчын Ірына Жыхар.

«Паколькі я супрацоўнічаю з рознымі грамадзкімі арганізацыямі, мне падказалі, што ёсьць жанчына, якая займаецца гэтай праблемай, што ёсьць такая група падтрымкі. Першая наша сустрэча была на пачатку лютага, калі быў Усясьветны дзень змаганьня з ракам. Мы пазнаёміліся з удзельнікамі групы, і тады гаворка ў асноўным вялася пра правільную арганізацыю харчаваньня для анкапацыентаў. І вось як я туды прыйшла, ад таго часу мы кантактуем. Уласна група ўзаемападтрымкі існуе ўжо ня першы год, але мы ставім сабе за мэту распрацаваць уласную праграму групы ўзаемападтрымкі анкапацыентаў. Перадусім, абапіраючыся на досьвед праграмы ананімных алькаголікаў, на досьвед праграмы “12 крокаў”. Як псыхоляг ведаю, што гэта адна з самых эфэктыўных псыхатэрапэўтычных мэтодык, якія

працуюць у сьвеце. Але, на мой погляд, эфэктыўнасьць праграмы “12 крокаў” перш за ўсё ў тым, што людзі прызнаюць сваё бясьсільле перад Богам. Яны зьвяртаюцца па дапамогу адзін да аднаго і самі намагаюцца дапамагчы іншым людзям. Спадзяюся, мы здолеем нейкім чынам пакласьці гэты прынцып у аснову той праграмы, якой цяпер займаемся, і ў выніку ўсё атрымаецца».

Згодна з дадзенымі міжнародных дасьледаваньняў, рызыка памерці ад пухліны цягам паўтара года ў анкалягічных хворых з дэпрэсіяй амаль утрая больш, чым у тых, хто не апускае рукі і працягвае змагацца за жыцьцё. Таму дзеля падтрымкі анкапацыентаў і ствараюцца групы самадапамогі зь ліку ня толькі спэцыялістаў Рэспубліканскага навукова-практычнага цэнтру анкалёгіі, але і былых пацыентаў Бараўлянаў.

Рэха

Вольга Бабкова, Менск: Дарагая Сьвятлана ! Вы — Малайчына ! Памятаю, як грала на габоі Фаіна ў маленькім мястэчку падчас вандроўкі. Радасьці вам!

Тамара, Паставы: Дарагая Святлана! Вы цудоўны і моцны чалавек. Спадзяюся, што ваша вера, аптымізм і падтрымка сяброў дапамогуць пераадолець усё цяжкасьці.

Анастасія Войтава

Тыя, што здаюцца, хутка сыходзяць

У жыхаркі Магілёва Анастасіі Войтавай пятнаццаць гадоў таму выявілі рак грудзей. Жанчына перажыла чатыры анкалягічныя апэрацыі. Прайшла два курсы апраменьваньня і столькі ж хіміятэрапіі. Нядаўна адзначыла 50-годзьдзе. У яе трое дарослых дзяцей і ўнук. З Анастасія Войтавай пагутарыў ***Алесь Асіпцоў****.*

З Анастасіяй гутару ў офісе адной з дабрачынных арганізацыяў Магілёва, якая апякуецца дзецьмі-інвалідамі. У ёй яна валянтэрка. Пакуль у сядзібе не сабралася дзятва, у цішы, Анастасія апавядае пра сваё жыцьцё, захапленьні, дзяцей, хваробу, шлях выздараўленьня. Часам на вачах жанчыны праступаюць сьлёзы, але яна стрымліваецца ад плачу:

«Я была ў даволі маладым актыўным узросьце. Мне было 35 гадоў. У мяне было трое дзяцей. Скончыла юрыдычны факультэт Беларускага дзяржаўнага ўнівэрсытэту завочна. Атрымала другую вышэйшую адукацыю. Год выкладала ў Беларускай сельскагаспадарчай акадэміі прававыя дысцыпліны. Я, можна сказаць, была ў стане вельмі высокага палёту і натхненьня. У мяне ўсё было — і дзеці, і кватэра, і сям'я, і пэрспэктывы адкрываліся вялікія. Спачатку я не паверыла лекарам. Падумала, што гэта была мэдычная памылка. Пасьля быў шок, быў стрэс. Перадусім было шкада дзяцей. Малодшаму было толькі шэсьць гадоў. Прайшла я

ўсё. Апэрацыі, хіміятэрапію, апраменьваньне. Чатыры месяцы я была шпіталізаваная. І мне далі адразу другую групу інваліднасьці».

Пра нерэалізаваную праз хваробу кар’еру выкладчыка-юрыста Анастасія кажа са шкадаваньнем, аднак без расчараваньня. Згадвае, як пісала кандыдацкую і атрымала запрашэньне на працу ў Менск. Хвароба, аднак, перайначыла жыцьцёвыя пляны:

«Мне трымалі месца ва ўнівэрсытэце доўга, але я не змагла прыехаць. Запрашалі выкладаць адміністрацыйнае права. Я тады з каляіны выбілася. Мама ў мяне таксама памерла ад анкалягічнай хваробы ў мяне на руках. Яна таксама была вельмі актыўнай жанчынай. Вось яна казала: “Калі б ты не захварэла, то была б чальцом ураду”».

Чатыры доўгія месяцы лячэньня ў Бараўлянах і працяглая рэабілітацыя з боязьзю рэцыдываў. А яны ў Анастасіі былі. Яна не сумнявалася, што адолее хваробу, бо ёй было дзеля каго жыць. Клопат пра дзяцей, незавершаныя справы ратавалі ад змрочных думак:

«Чамусьці я старалася не чакаць падтрымкі, а дапамагаць іншым людзям. Я тады думала пра тое, што я патрэбная дзецям. Бацькам я была патрэбная здаровай. Я ведала, што трэба рэалізаваць сябе ў жыцьці, што ў мяне дзьве вышэйшыя адукацыі і што ў мяне ўсё яшчэ наперадзе. Я доўга ляжала. Мне галоўны лекар казаў: “Анастасія, ну выбачай, няма ў нас у

штатным раскладзе прафэсіі юрыста". Я хадзіла па ўсім аддзяленьні, у рэанімацыю. Дапамагала хворым пасьля апэрацыі, бо я гэта перажыла. Я ведала як баліць, што баліць. Ні санітарка, ні мэдсястра гэтага не праходзілі і не адчувалі. Ня грэбавала даглядаць. Была як сястра міласэрнасьці. То бок я не сядзела, не глядзела ў столь, не "грузіла" сябе нічым кепскім. Я была занятая справай».

Дапамагала хворым пасьля апэрацыі, бо я гэта перажыла. Я ведала як баліць, што баліць.

У тым цяжкім часе застаўся боль, крыху памаўчаўшы, кажа Анастасія. Пасьля яшчэ адной паўзы дадае, што ўнікнуць яго не атрымліваецца дагэтуль:

«Быў фізычны боль пасьля апэрацыі. Дрэнны стан пасьля хіміятэрапіі. Боль людзей, што былі вакол мяне. Трэба было ім неяк падымаць настрой. Да мяне цягнуліся людзі. Асабліва тыя, якія зноў толькі паступалі. Я ведала, што ім скажуць гэты дыягназ, і трэба было быць побач, каб іх падтрымаць. Дужа балюча было, калі праз гады я тэлефанавала сваім сяброўкам, а яны былі ўжо нежывыя. Такія былі актыўныя, пазытыўныя жанчыны, якія дасягнулі нечага ў жыцьці, і ўсё б было для іх добра, калі б ня гэтая хвароба. Гэта было дужа балюча. Мяне суправаджае гэты боль. Хварэюць жа дзеці. Яны ж анёлы. І гэтыя маленькія дзеткі, лысенькія, у

інвалідных вазках. Вось гэта сапраўднае гора. А іншым разам і немаўляты хварэюць. Яны ж паскардзіцца ня могуць».

Ці рак толькі забірае, мо ён нешта і дае чалавеку? Ці такога пытаньня ня можа быць? — пытаю ў Анастасіі:

«Усё ў нашых руках. Так, я не абараніла дысэртацыю. Я вучылася ў асьпірантуры, але скончыла асьпірантуру Акадэміі навук мая старэйшая дачка. То бок нашы дзеці працягваюць нашы справы. Я ганаруся сваімі таленавітымі дзецьмі. Зразумела, што было больш перажываньняў, адказнасьці за дзяцей. Усё гэта атрымалася больш абвострана. Калі ведаеш цану гэтаму жыцьцю, калі бачыў людзей, якія паміралі побач, то абсалютна іншае яго ўспрыманьне. Жыцьцё таго вартае. Ніхто не сказаў, што будзе лёгка. Я не ўспрымаю слова “барацьба”, “барацьба за жыцьцё”. Я лічу, што «радасьць жыцьцю» нашмат лепей гучыць».

Я не ўспрымаю слова “барацьба”, “барацьба за жыцьцё”. Я лічу, што «радасьць жыцьцю» нашмат лепей гучыць.

У тым, што жыцьцёвы шлях заступіла анкалягічная хвароба, Анастасія вінаваціць Чарнобыль. Калі адбылася аварыя на Чарнобыльскай АЭС, жыла яна ў Гомелі. Хадзіла на першамайскую дэманстрацыю ў 1986 годзе.

«Прайшла ўдарная хваля. Прайшоў радыеактыўны дождж. Я потым з прастудай зьлягла. Тэмпэратура высокая. Я атрымала радыеактыўнае апраменьваньне. Мы памятаем, што тады пайшоў моцны ўздым анкалягічных хваробаў. Я мяркую, што прычына № 1 — гэта Чарнобыль. У мяне мама была ліквідатарам Чарнобыльскай АЭС, яна памерла ад раку. Яна была мэдсястрой, езьдзіла браць аналізы, мэдагляды рабіла. Яна здала пасьведчаньне ліквідатара. Ёй было крыўдна, што давялося шукаць паперы, каб пацьвердзіць, што яна там была».

З ракам людзі ўжо звыкліся ў Беларусі. Іх, безумоўна, палохае, што колькасьць анкапацыентаў расьце, але што яны могуць зрабіць — разважае Анастасія:

«Мне дужа шкада, што анкалягічныя хваробы распаўсюджваюцца. Такія вялікія цяпер у іх маштабы. Кожны цяпер жыве ў сваёй шкарлупіне, у сваім соцыюме. А калі пайсьці ў гэтыя анкалягічныя дыспансэры, асабліва ў Менску, у Бараўлянах, там такі паток ідзе. І на каталках, і на вазках, і па кутах сядзяць. Ад мяне ніхто не адварочваўся. Я засталася пазытыўнай, аптымістычнай. Сакрэт у тым, што трэба любіць жыцьцё. Часам, мо й нагульваю. Стараюся пажартаваць. Пафліртаваць. Няхай людзі, якія навокал, лепей сьмяюцца, чым мяне шкадуюць».

Анастасія Войтава — сябра Беларускай сацыял-дэмакратычнай партыі Грамада, Яна ба-

лятавалася ў дэпутаты Палаты прадстаўнікоў, удзельнічала ў акцыях пратэсту. Пытаюся, ці гэта для яе — самасьцьвярджэньне, працяг няспраўджаных праз хваробу чаканьняў ад жыцьця?

Хвароба — гэта не пакараньне.

«Два гады таму я яшчэ працавала на чыгунцы. Былі ў мяне пагоны капітана. Сіняя форма. Я ў гэтай самай форме хадзіла на маўклівыя акцыі пратэсту. Гэта быў выклік хутчэй. Кар'ера для жанчыны ня ёсьць галоўным. Галоўнае — унутраны стан. Слова "патрыятызм" для мяне ня проста патас. Гэта мой унутраны стан. Я так выхаваная. Я дзецям прывіла неабыякавасьць. Будучыня нашай краіны, будучыня дзяцей — вельмі важныя словы. Мы кожны адказны за гэта. На сустрэчах з выбарцамі я пастаянна казала пра неабходнасьць кансалідацыі грамадзтва, пра ўзаемную падтрымку».

Калі ўжо гутарка скончылася і Анастасія па-жаноцку прыдзірліва разглядала свае фотаздымкі, я запытаўся, што трэба чалавеку, каб не згубіць сябе ў немачы?

«Трэба быць цярпімым. Не трымаць ні на кога зла. Хвароба — гэта не пакараньне. Трэба верыць у свае сілы, што ты ачуняеш, што табе стане лепей, што ты павінен жыць. Жыць дзеля дзяцей і тых, каму ты патрэбны. Тыя людзі, якія здаюцца, хутка сыходзяць з жыцьця».

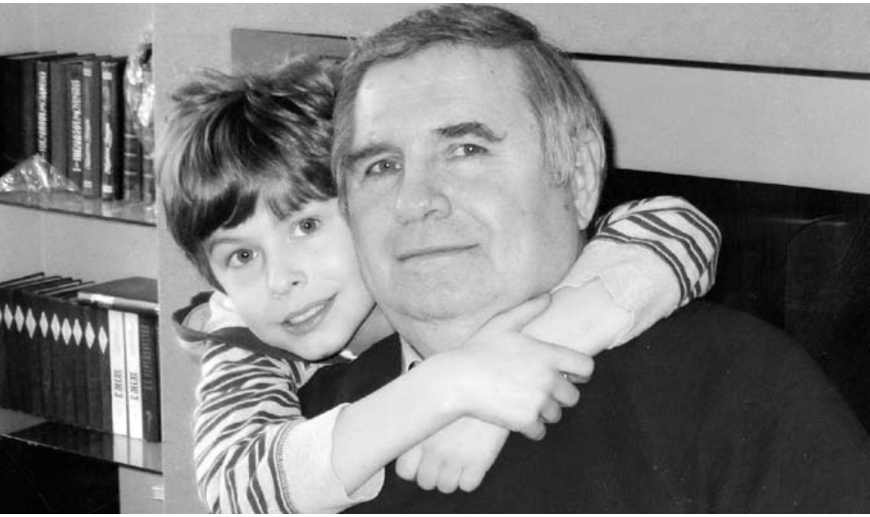
Год таму Анастасія «адпусьціла» мужа. Яна перакананая, што калі пачуцьці астылі, то няма чаго мучыць адно аднаго. Разьвітаўшыся з мужам, яна не засталася адна. Як і раней клапоціцца пра сваіх ужо дарослых дзяцей, дапамагае чужым. Жыцьцё пасьля раку працягваецца...

Рэха

Ганна Сокал, Нью-Ёрк: Дзякуй за праект! Беларусам, дзе анкалёгія замоўчваецца на дзяржаўным узроўні, хаваецца ў калектыве, важна будзе пачуць і не баяцца. Спадзяюся, праект камусьці дапаможа застацца жывым і нават пачаць жыць па-новаму.

Анатоль Глушчанка

Зь верай у хірургаў і народную мэдыцыну



Хто хоць аднойчы вырваўся з абдымкаў раку, можа лічыць, што яму неймаверна пашанцавала. Але сяго-таго лёс выпрабоўвае паўторна. Да іх ліку належыць і мянчук Анатоль Глушчанка: не пасьпеўшы адысьці ад першай апэрацыі, быў вымушаны класьціся на паўторную, ужо зь іншым дыягназам. Тым ня меней, дзякуючы ўласнаму жаданьню і падтрымцы родных, ён зноў вярнуўся да паўнавартаснага жыцьця. Пра свой досьвед Анатоль расказаў ***Ігару Карнею****.*

За апошнія сем гадоў Анатоль Глушчанка двойчы пабываў на апэрацыйным стале ў Рэспубліканскім навукова-практычным цэнтры анкалёгіі і мэдычнай радыялёгіі ў Бараўлянах пад Менскам. У 2006-м прычынай апэрацыйнага ўмяшаньня стала злаякасная пухліна на ырцы, у 2010-м канстатавалі рак прастаты. За гэты адрэзак часу Анатоль Аляксеевіч сутыкнуўся зь дзясяткамі пацыентаў, якія з розным посьпехам супрацьстаялі страшнаму дыягназу. Але кажа, што назаўсёды запомніў, як два дзясяткі гадоў таму ўпершыню сутыкнуўся з анкалёгіяй — у росквіце сіл захварэў сусед, таленавіты опэрны сьпявак Юры Зорын:

«Практычна з ракам я сутыкнуўся ўпершыню, калі яшчэ жыў у Фаніпалі. Быў у мяне цудоўны сусед, дырэктар музычнай школы. Галасішча быў непаўторны — як казалі, на той час найлепшы бас у Беларусі. Ён скончыў кансэрваторыю, спрабаваў сябе ў опэры, нібыта

нармальна ўсё ішло, але вымушаны быў кінуць дзеля сямейных абставін. Вось і працаваў у музыкалцы. Ня ведаю, ці на гэтай дэпрэсіўнай глебе, ці на іншай, але — захварэў. І вось тады я ўпершыню сутыкнуўся і з Бараўлянамі, і з анкалёгіяй, і з усімі спадарожнымі справамі. Карацей, ён за год, груба кажучы, згарэў. У 42 гады, у росквіце сіл. Дыягнаставалі рак страўніка, зрабілі апэрацыю ў Бараўлянах. Але нягледзячы на тое, што яго асабіста курыраваў прафэсар, адзін са сьвяцілаў сваёй справы, відаць, ужо было занадта позна. Карацей, разрэзалі, зашылі і сказалі чакаць. Але не атрымалася. Цяжка было паверыць, бо такі здаваўся здаровы мужык! Памятаю, адзін мой дзень нараджэньня ў рэстаране адзначалі, дык ён як засьпяваў, аж артысты з аркестру пачалі прасіць: мужчына, зрабіце паўзу, а то нас не чуваць, нават з апаратурай».

Анатоль Глушчанка нарадзіўся ў Растоўскай вобласьці ў 1946 годзе. Пасьля школы працаваў на мэблевай фабрыцы, а адслужыўшы ў войску, уладкаваўся на ваенны завод. Неўзабаве паступіў на факультэт матэрыяльна-тэхнічнага забесьпячэньня Інстытуту народнай гаспадаркі ў Растове. Падчас вучобы ажаніўся, а ўжо пасьля заканчэньня інстытуту разам з жонкай Валянцінай быў разьмеркаваны ў Беларусь. Як выявілася, назаўсёды. Тут нарадзілася дачка Насьця, а дзесяць гадоў таму зьявіўся на сьвет унук Косьця.

Спадар Анатоль кажа, што пакуль працаваў, то не было ні часу, ні імпэту пра лекараў нават згадваць. Але незаўважна падкралася пэнсія, і ў нейкі момант адчуў, што пачаў сябе некамфортна адчуваць. Пазьнейшы аналіз паказаў: трэба рыхтавацца да апэрацыі на нырцы:

«Сапраўды, пакуль працаваў, апроч прастуды нічога мяне не трывожыла, у паліклініцы амаль не хадзіў. А пайшоў на пэнсію — раптам пачаў разумець, што неяк няўтульна сябе адчуваю, нешта пастаянна ные ў баку. Тады жонка, Валянціна Фёдараўна, кажа: у цябе што, пэнсіянэра, часу мала? Вазьмі ды схадзі на УЗІ. Зьвярнуўся ў камэрцыйны мэдцэнтар. Запісаўся, прыйшоў, пачалі мяне глядзець. Яшчэ пажартаваў: ну што, напэўна, не знаходзіце органаў? Гумар не ацанілі, і лекарка кажа: нібыта ўсё нармальна, але зь левай ныркай трэба ісьці да ўроляга. Прыходжу ў паліклініку. Нават ня гледзячы, не правяраючы, адсылаюць у дыспансэр, у анкалёгію першага шпіталя. Відаць, перастрахаваліся па здымку, бо пухліна была бачная, але па УЗІ не маглі вызначыць, дабраякасная яна ці злаякасная. Пайшоў, там адразу накіравалі на аналізы. Мінуў літаральна тыдзень, і выносяць вэрдыкт: рэзаць. То бок — проста ставяць перад фактам».

Анатоль Глушчанка пачаў кансультавацца зь людзьмі, якім быў пастаўлены аналягічны дыягназ і якія не скарыліся, упарта змагаліся за жыцьцё. Аказалася, што такіх нямала было

нават сярод блізкіх знаёмых. Многія прызнаваліся, што фактычна вылечваліся дзякуючы ўжываньню народных сродкаў — гэта так званыя яды, настоі і г.д. Выйшаў на адмыслоўцаў, якія гатуюць рознае «варыва». І яшчэ да апэрацыі прапіў першы курс:

«Пакуль лекары прысьпешвалі, я падумаў, што ня буду асабліва дрыгацца. Карацей, у першым шпіталі адмовіўся, сказаў, што да іх не прыйду, а выправіўся ў Бараўляны. У той час там ляжала мая цешча, Марыя Мікалаеўна. У яе таксама была анкалягічная хвароба па ўралягічнай частцы. Празь ейнага лекара наладзіў сувязі, яна крыху на яго паўзьдзейнічала. І ў выніку сказалі, каб прыяжджаў. Так я трапіў у Бараўляны. Апэравалі, адрэзалі кавалак. Рэзэкцыя называецца — ня цалкам нырку выдалілі, а частку. Хірург тады папярэдзіў: выдаляць цалкам ці часткова — будзе зразумела толькі тады, калі разрэжам. Натуральна, пасьля апэрацыі я ня ведаў, чым усё скончыцца. А перад гэтым быў такі момант, што цягам месяца, яшчэ да апэрацыі, я піў лекі. Ну, і атрымалася, што ўрэшце не знайшлі нічога, што выклікала б занепакоенасьць. Лекар сказаў: вось бачыце, што значыць рана зьвярнуцца. А я думаю, што і тыя яды, магчыма, таксама дапамаглі».

Спадар Анатоль не выключае, што адным са штуршкоў для разьвіцьця анкалягічнай хваробы сталі частыя камандзіроўкі ў забруджаныя раёны Гомельшчыны — адразу пасьля катас-

трофы на Чарнобыльскай АЭС ён курыраваў пастаўкі матэрыялаў пад будоўлю жыльля. Ніякіх сродкаў радыяцыйнай засьцярогі не было.

Тым ня меней разуменьне таго, што ўдалося адносна лёгка перанесьці складаную апэрацыю, цешыла. Пасьля выпіскі стаў на ўлік у анкадыспансэр, дзе падчас візытаў здаваў цэлы набор абавязковых аналізаў. Спачатку туды наведваўся кожныя тры месяцы, а потым, як не было рэцыдыву, тэрмін павялічылі. Паколькі сядзець бяз справы не хацелася, уладкаваўся на працу — у структуру аховы. Але праз чатыры гады, у 2010-м, зноў адчуў дыскамфорт. Новы дыягназ агаломшыў — рак прастаты:

«Другі выпадак здарыўся гэтак жа нечакана. Узьнікла, скажам так, мужчынская праблема. Забалела раз, другі, я туды-сюды. Два дні цярпеў, потым зноў жонка кажа: што ты цярпіш? Ідзі на абсьледаваньне. Мяне лекар паглядзеў, кажа: у вас узьнікла пухліна. Выпісаў мне адно, другое, трэцяе. Трэба сказаць, з увагай падышоў, прайшоў я ўсе аналізы. Але паступова неяк усё заціхла, і я бяз задняй думкі жыву далей. Як кажуць, прайшло-праехала, і добра. Лекар толькі папярэдзіў, каб праз год прыйшоў здаць аналізы ПСА (пухлінны маркер “прастатычны спэцыфічны антыген” — РС), бо кажуць, што лепш усё рабіць на раньняй стадыі. Прыйшоў праз год, а ў мяне ўжо дзясятку паказвае, пры норме чатыры. Ён зноў: давайце туды, у першы

шпіталь. Думаю, туды ўжо не пайду, паеду адразу ў Бараўляны. Як такое пачалося, званю, мне лекар і кажа: прыяжджайце, праверым. Зноў здаў на ПСА, бо яны там нікому ня верацць, правяраюць ад самага пачатку. Карацей, аналізы здаў, ПСА пацьвердзіўся. Таксама ўзяў у мяне пункцыю. І дзесьці дні праз тры тэлефануе: трэба рэзаць. Але на двары лета, горача. Пачаў прасіць крыху пацягнуць. Ён і пагадзіўся: добра, пацерпім. Карацей, пачалося ў мяне ўсё ў ліпені, а апэрацыю зрабілі ў кастрычніку».

І гэтым разам Анатоль Глушчанка таксама налягаў на народную «самадзейнасьць». Паралельна з настоем грыба вясёлкі і ядамі піў зёлкі — за прыкладам сябра, які пасьля канстатацыі чацьвёртай ступені раку пражыў 10 гадоў і нават працаваў. Але надышоў час апэрацыі:

«Абсьледавалі мяне яшчэ раз, зрабілі апэрацыю. У палаце нас такіх былі тры пацыенты. Цяпер я ўжо ня ведаю іх лёс, але з адным зь іх ляжаў спачатку ў агульнай палаце, потым ляжалі побач пасьля апэрацыі. Нам апэрацыю літаральна аднаму за адным рабілі: спачатку зрабілі мне, а потым яму, літаральна 5 хвілін было паміж апэрацыямі. Я ня ў курсе пра ягоны лёс, але сутнасьць у тым, што ў яго злаякасныя рэшткі знайшлі, а ў мяне — не. У мяне чамусьці вельмі доўга рабілі аналіз: яго выпісалі, а мяне яшчэ два дні трымалі, чакалі, калі будзе канчатковы вынік. Але ў такім выпадку, зразумела, лепш пацярпець, чым сьпяшацца.

Нават мой лекар прыходзіць і кажа: зноў, Толя, табе падфарціла, зноў у цябе ўсё чыста. Урэшце я выпісаўся, нібыта ўсё сапраўды нармалізавалася. Зноў хаджу на ўсе заплянаваныя мерапрыемствы, правяраюся. Спачатку хадзіў праз тры месяцы, потым праз паўгода, а цяпер ужо ўвогуле праз год».

Спадар Анатоль кажа, што дагэтуль, нават праз тры гады пасьля апошняй апэрацыі, дзеля прафіляктыкі п’е настой вясёлкі. Хоць афіцыйная мэдыцына і глядзіць на такія захапленьні скептычна, але сам ён перакананы, што прынамсі горш ад гэтага ня будзе:

...ня веру ў тое, што такім чынам можна вылечыцца, але наўрад ці гэта і зашкодзіць. У гэтай сытуацыі, кажа, найперш імунітэт трэба падтрымліваць арганізму.

«У зьвязку з гэтым я шмат гаварыў ня толькі з рознымі народнымі лекарамі, але і з мэдыкамі. Прыкладам, мой хірург збольшага нармальна рэагаваў. Я яму казаў і пра вясёлку, і пра яды, і пра настоі. Ён, вядома, хмыкнуў сабе пад нос, сказаў: у прынцыпе ня веру ў тое, што такім чынам можна вылечыцца, але наўрад ці гэта і зашкодзіць. У гэтай сытуацыі, кажа, найперш імунітэт трэба падтрымліваць арганізму. І калі гэта дасягаецца, то добра. Дарэчы, я потым пачаў корпацца ў інтэрнэце, і аказалася,

што гэты самы настой вясёлкі — адзіны, скажам так, народны прэпарат, які Міністэрствам аховы здароўя быў ня тое што рэкамэндаваны, але прынамсі дазволены да ўжываньня».

Як сталы кліент Бараўлянаў Анатоль Глушчанка высока ацэньвае лекараў, якія абралі сабе такі надзвычай складаны ўчастак працы. Але пры гэтым лічыць, што так званая раньняя стадыя дыягностыкі анкалягічных захворваньняў пакуль застаецца не рэальнасьцю, а толькі жаданьнем:

«Я вось пакруціўся ў гэтай сыстэме, і што тычыцца раньняй дыягностыкі, то лічу так: цяперашняя сыстэма аховы здароўя канкрэтна ў галіне анкалёгіі папросту няздольная рабіць раньнюю дыягностыку. Гэта хутчэй удача, чым нейкая заканамернасьць. Што да майго выпадку, то, яшчэ раз кажу, ня выключана, што якраз паспрыяла народная мэдыцына. Ня ведаю, што мне дапамагло больш. Але тое, што я стараўся рабіць усё, што мне прапаноўвалі, гэта факт. Перадусім, сам шукаў, што толькі можна, рознымі выпадкамі аздараўленьня цікавіўся. Цяжка сказаць, як гэта склалася, але за сем гадоў перажыў ужо дзьве апэрацыі. І хаджу, працую — і на дачы, і ўсюды. Вядома, пэрыядычна УЗІ праходжу, цукар, кроў — усё, што патрэбна. Цалкам усе аналізы: і агульны, і біяаналіз. Шчыра кажучы, я сабе сказаў: як будзе, так будзе. Прынамсі, буду старацца ўхапіцца за

шанец. А як насамрэч здарыцца — ніхто нічога ня можа прагназаваць».

Паводле суразмоўцы, беларускія хірургі паводле сваёй кваліфікацыі наўрад ці каму ў сьвеце саступаюць. Аднак сама сыстэма, якая склалася ў мэдычным асяродзьдзі, не прадугледжвае, каб іхныя высілкі выходзілі за стандартныя рамкі:

...яны ўсе апэрацыі сумленна робяць, і кваліфікавана, і з хворымі нармальна. Але нечага не хапае. Найперш, ужо пасьля таго, як выразалі і зашылі...

«Тыя, каго я ведаю з “разакоў-хірургаў”, — яны, па вялікім рахунку, высокакваліфікаваныя людзі. У асноўным усе як з інстытуту прыйшлі, яны там усе і ёсьць, засталіся. І кваліфікацыю сваю з году ў год мацуюць, і мэтодыкі адмысловыя распрацоўваюць. Усё гэта ёсьць, без пытаньняў. Ніяк ня скажаш, што тут нечага не хапае. Можа, яны б і ў пасьляапэрацыйным аднаўленьні дапамаглі, але бяда ў тым, што ў іх гэтая сыстэма склалася, зацьвярдзела і працуе папросту па інэрцыі. Безумоўна, яны ўсе апэрацыі сумленна робяць, і кваліфікавана, і з хворымі нармальна. Але нечага не хапае. Найперш, ужо пасьля таго, як выразалі і зашылі...»

Нягледзячы на дзьве анкалягічныя апэрацыі, Анатоль Глушчанка так і не аформіў сабе

інваліднасьць. Кажа, што яму прапаноўвалі непрацоўную групу, але пасьля кароткіх ваганьняў адмовіўся ад «прывілеяў» на карысьць працы. Дадатковы заробак дазваляе весьці актыўны лад жыцьця, з жонкай і ўнукам часта выбіраюцца ў вандроўкі па Беларусі і за яе межы.

Рэха

Makanatoly: Здароўя ўсім, хто прайшоў Бараўляны. Я вось ужо амаль 7 гадоў з Божай дапамогай і стараньнямі навукоўцаў уролягаў хаджу па зямлі.

Ірына Жыхар

Не магла ўявіць, што мама пойдзе за маёй труной

«Перамагчы рак — гэта значыць навучыцца з гэтым жыць», — лічыць Ірына Жыхар, старшыня рады грамадзкага аб'яднаньня «Беларуская арганізацыя працоўных жанчын», якая каардынуе групы падтрымкі і ўзаемадапамогі анкапацыентаў. Ірына — анкапацыент з 20-гадовым стажам. У госьці да Ірыны Жыхар у Менску завітала ***Аляксандра Дынько****.*

Нашая размова пачынаецца ў яе на кухні з таго, што Ірына вучыць мяне правільна запарваць зялёную гарбату. Правільна запараная зялёная гарбата — важны сродак як прафіляктыкі раку, так і аднаўленьня пасьля лекаваньня. Да таго ж анкахворым трэба штодня выпіваць як мінімум паўтара літра чыстай вады. Ірына адчыняе шафку ў кухні і паказвае запас пластыкавых бутэлечак рознага аб'ёму. Выходзячы з дому, яна бярэ ваду з сабою.

Ірына жыве пасьля раку ўжо 20 гадоў.

Першы дыягназ ёй паставілі яшчэ ў 1994 годзе — рак калявушной залозы. Ірыне споўнілася 27. Тады яе папярэдзілі, што захаваць усьмешку на твары пасьля такой апэрацыі ўдаецца толькі ў 5 працэнтах выпадкаў. «Я ішла на апэрацыю і ўсьміхалася на ўвесь рот, бо мне здавалася, што гэта апошні раз», — распавядае яна.

Цяпер Ірыну немагчыма ўявіць без усьмешкі — усьміхаецца яна заўжды. Колькі разоў за нашу размову Ірына плача — калі згадвае пра маму, пра тое, як выла па начах, як радавалася

перамогам. Выцірае сьлёзы і адразу пачынае ўсьміхацца. «Я жывы чалавек, — кажа яна. — Я магу плакаць і магу сьмяяцца».

Размаўляць пра шпіталі і лячэньне Ірына адмаўляецца. «Навошта? — пытаецца яна. — Гэта было цяжка, гэта было трэба, і гэта прайшло. Цяпер іншае жыцьцё».

Яшчэ Ірына шчыра і моцна веруе ў Бога.

«Я вам хачу сказаць, што пасьля раку жыву ўжо дваццаты год і да гэтай пары не хварэла на ніводнае прастуднае захворваньне», — кажа Ірына.

«Калі чалавек ня ўмее спраўляцца са стрэсамі, гэта таксама прычына. Анкалягічная хвароба — заўжды псыхасаматычная. Нешта адбываецца ў галаве чалавека, які робіць усё, каб прыйсьці да гэтай хваробы. Бо прычын захворваньня ніхто вам ніколі ня скажа — унёсак робіць усё. Я вось працавала ў чарнобыльскай зоне два гады — 1988–89 год. Ці стала гэта прычынай? Ніхто сёньня мне ня скажа. Але я думаю, што той лад жыцьця, які ў мяне быў, тыя мае пэўныя ўстаноўкі, якія я мела, дазволілі хваробе прыйсьці значна раней, чым яна магла б прыйсьці».

«Калі трапляеш у рукі дактароў, яны робяць сваю справу, ты бачыш іх кожны дзень. Але наступае той дзень, калі табе кажуць — усё, што мэдыцына магла, яна табе дала. Ты “здаровая”. Ідзі дадому — і жыві. Ты пытаесься: “А што рабіць?” — “Вось як хочаш, так і жыві”. Ты

выходзіш, яшчэ ўвечары засынаеш спакойна, а назаўтра ты прачынаесься — і бачыш: ніхто вакол цябе не мітусіцца, ты дома. Ты ўстаеш — тут у цябе кальнула, тут ты ня можаш падняць нешта. І ты разумееш, што ты застаўся з хваробаю сам-насам.

Родзічы вельмі радыя, што ты дома. Яны могуць запытацца, як тваё здароўе, як ты пачуваесься — "давай трымайся" і ўсё такое. А ты іх пачынаеш ціха ненавідзець. Бо тут кальнула, а тут ты ня можаш есьці, бо смаку няма, як у мяне было падчас першай хваробы, тут валасоў няма. А яны кажуць "трымайся", бо не разумеюць...»

Я сабе ўяўляла і не магла перажыць, як мама ідзе за трunой маёй... Вось гэтае жаданьне і дало сілы...

Ад таго, як пройдзе гэты пэрыяд адаптацыі, — кажа Ірына, — будзе залежаць тое, як чалавек будзе жыць далей. Асабіста ёй важна было зразумець, для чаго і для каго жыць далей.

«Мне трэба было 27 год пражыць, каб зразумець, што я не магу сабе ўявіць, як мая мама пойдзе за маёй трунай. Я разумела, што будуць мяне хаваць у белай сукенцы нявесты, бо я замуж зьбіралася і ня выйшла. Я сабе ўяўляла і не магла перажыць, як мама ідзе за трунай маёй... Вось гэтае жаданьне і дало сілы...»

Цяпер Ірына паўтарае, што жыцьцё чалавека, які пераждыў рак, падпарадкаванае пэўным правілам. Змусіць сябе да пэўнага распарадку, паверыць у тое, што выздараўленьне магчымае — роўна маральнай перамозе. Для гэтага важна бачыць і ведаць тых, каму гэта ўдалося.

«Мне ў свой час дапамаглі мае вучні. Проста знаёмілі мяне з анкалягічна хворымі, якія 10–20 гадоў хварэлі. І гэта дало мне імпульс — за жыцьцё трэба змагацца. Людзі працавалі над сабой, і гэта дало плён. Я так выйшла на кніжку Маі Гагулан. І на год гэта стала кніга, паводле якой я жыла. Я пачала рабіць гімнастыку паводле сыстэмы Нішы. Пачала рабіць кантрастны душ. Гэта пры тым, што мне казалі, што халоднае, скразьнякі — ні ў якім разе! Гора-бяда!»

«Я памятаю той раз, — распавядае Ірына, — як я стала пад халодным душам і забыла ванную зачыніць. І мама зайшла. Яе ж папярэджвалі, што мне катэгарычна нельга. А тут дзіця пад халоднай вадой лысае стаіць. Мама самлела. На каленях стаяла перада мной — “Дачушка! Што ж ты робіш!”»

«У мяне на шыі лімфавузлы былі відаць, — працягвае яна. — І ўжо казалі, што гэта мэтастазы, бо гэта трэцяя стадыя ў мяне была. Я ў люстэрка глядзела і проста бачыла іх».

Аднойчы ранкам, праз сем месяцаў пасьля пачатку заняткаў, Ірына пабачыла ў люстэрку, што вузлы зьніклі.

«Гэта было шчасьце ў доме. Я кажу: “Мама, ідзі глянь. У мяне шыя роўная!”»

Ірына падкрэсьлівае, што вельмі важна правільна харчавацца. Яна перастала есьці мяса, рыбу, яйкі, малочныя прадукты. На падваконьні зрабіла градкі, дзе ўзімку вырошчвала зяляніну, буракі. Прарошчвала зерне. Жывёльны бялок замяніла расьлінным — бабамі, фасоляй, гарохам.

Але спосаб харчаваньня павінен залежаць ад характару хваробы. Цяпер ужо Ірына дазваляе сабе тварог з ільняным алеем і рыбу, хаця б два разы на тыдзень.

У 2008-м хвароба вярнулася. Гэтым разам быў рак малочнай залозы. І яго ўдалося перамагчы. Не ўдалося толькі ўберагчы самага блізкага чалавека — маму. Яе рак выявіўся неапэрабэльным. «Пяць дзён пасьля шпіталя, — распавядае Ірына і плача, — і мамы няма». Давялося пазнаць і тое, што перажывае чалавек, чый блізкі хварэе на рак. Увесь гэты досьвед яна перадае цяпер тым, хто сутыкаецца з дыягназам.

«Перамагчы рак — гэта значыць навучыцца з гэтым жыць, — кажа Ірына. — І не патрабаваць ад блізкага, каб ён зразумеў тваю адзіноту. Як ён можа зразумець, што ты адчуваеш, калі ў цябе ўсё гарыць ад хіміятэрапіі? І навошта? І ты

спраўляесься сам. Для чаго мы ствараем групы падтрымкі? Вось для таго, каб тыя, хто перажыў, маглі пра гэта распавесьці. І нават распавядаць ня трэба. Ты прыходзіш — і трапляеш у кола людзей, якія гэта ўсё прайшлі. І мова, на якой ты размаўляеш, зразумелая людзям, якія гэта прайшлі. І гэтая адзінота разыходзіцца».

Ірына Жыхар — старшыня рады грамадзкага аб'яднаньня «Беларуская арганізацыя працоўных жанчын». Яна каардынуе групу падтрымкі і ўзаемадапамогі анкапацыентаў пры тэрытарыяльным цэнтры сацыяльнага абслугоўваньня насельніцтва Ленінскага раёну Менску.

Перамагчы рак — гэта значыць навучыцца з гэтым жыць, і не патрабаваць ад блізкага, каб ён зразумеў тваю адзіноту.

Ініцыятыва стварыць такую групу належала самой Ірыне з паплечніцамі. Чыноўнікі, дактары і сацыяльныя службы пайшлі ім насустрач. Усю інфармацыю пра тое, як змагацца з хваробай, калі самому чалавеку ці некаму з блізкіх паставілі анкалягічны дыягназ, можна знайсьці на сайце oncopatient.by.

«Пасьля другой хваробы нарэшце ўжо я зразумела: перамагчы рак — гэта ня значыць жыць пасьля хваробы 10, 20 ці 50 гадоў. А гэта значыць — кожную хвіліну свайго жыцьця жыць асэнсавана, з Богам. Бо ня мае сэнсу

доўга жыць, калі ты ня ведаеш, дзеля чаго ты гэта робіш».

Рэха

Жыві пакуль жывы: Людзі паміраюць. Кожны, хто нарадзіўся, павінен памерці. Пры чым тут рак? Грып? Аварыя на дарозе? Добра, пра рак. Гэта хвароба. Чаму нехта ад яе памірае, а іншы не памірае, навука да сёньняшняга дня не высьветліла. Ад раку і ад грыпу памірае вельмі шмат людзей, вартых павагі і добрага слова. А тыя, хто застаўся жывы, хай жыве ды радуецца. Пашанцавала.

Антон Івашкевіч

Бог і бег

*Больш за 30 гадоў пасьля анкалягічнага дыягназу жыве «ўпарты мужык» мянчук Антон Івашкевіч. Ён верыць, што хвароба напаткала яго нездарма. З Антонам Івашкевічам сустрэлася **Аляксандра Дынько**.*

Антон Іванавіч Івашкевіч сустракае на парозе сваёй кватэры. «Можа, кваску халоднэнькага?» — пытаецца ён. «Я адмыслова вам прыгатаваў», — кажа Антон Іванавіч. Пад квасок гаворым пра ўнука, які, нядаўна ажаніўшыся, жыве разам зь дзедам у адной кватэры.

Антон Іванавіч чакае, калі ўжо будуць у доме малыя дзеці. Жонка Антона Іванавіча памерла.

Яшчэ праз тэлефон Івашкевіч папярэджвае: «Голас у мяне не радыйны».

«Можа, і голас такі застаўся, каб людзі паверылі. Бо каб я пявучым голасам гаварыў, дык людзі б і ня верылі, што такое было са мной.

Мы ад царквы служым у шпіталі. І мяне ўзялі ў гэтую каманду, каб падняць дух людзей, каб я распавядаў, як мяне Бог выратаваў. Каб людзі ведалі, што ўсё гэта можна вылечыць. Дык каб ня мой голас, ня верылі б, што гэта магчыма. Як я, калі паступаў на лячэньне, ня верыў, што можна вылечыцца».

Галасавыя зьвязкі Івашкевічу абпалілі падчас абпраменьваньня. Нядаўна ў яго быў «юбілей». Так ён сам са сьмехам называе гэтую дату —

30 гадоў, як выйшаў з Бараўлянаў. У 1982 годзе меў дыягназ — рак трэцяй стадыі.

Неўзабаве Антону Іванавічу будзе 80 гадоў. Выглядае сама меней на паўтара дзясятка маладзей. Антон Іванавіч паказвае мне «дзёньнік самакантролю»: на кожны дзень зафіксаваны ціск, пульс, тэмпэратура паветра і дыстанцыя, якую ён прабег. Сёньня гэта 5 кілямэтраў.

У Антона Іванавіча адмысловая такая манера гаворкі — з прысьмешкам. Інтанацыі лёгка рухаюцца ад сьціплага гумару да шчырага сьмеху. Гэтак ён распавядае пра Бараўляны («доктар мне ад Бога трапіўся»), сваіх сяброў па суткавых маратонах («што мы толькі не выраблялі!») і пра тое, як падчас запояў пабываў у «пекле».

«У мяне быў рак вэстыбулярнага і сярэдняга аддзелу гартані з мэтастазамі ў лімфавузлы правай часткі шыі. Паводле статыстыкі, вылечваецца ў 15 працэнтах, — распавядае Антон Іванавіч. — Вось я скарыстаўся».

Антон Іванавіч перакананы, што перамагчы хваробу яму Бог дапамог. Сам ён наведвае адну са сталічных пратэстанцкіх цэркваў. Ходзіць з дня яе заснаваньня. А сёлета — тыя ж 30 гадоў. Запрашае прыходзіць да іх на дзень народзінаў. «Бяз Бога, — кажа ён, — нічога б са мной не было».

«Як трывога, кажуць, тады і да Бога. Я зьвярнуўся да Бога, і ён мне дапамог. Я толькі на 18-м сэансе кінуў курыць, а ўсяго 35 было. Пасьля

я бегаць пачаў, спортам займацца. Праўда, спортам я і раней займаўся — плаваньнем. Нават быў чэмпіёнам Беларусі. А пачаў маратоны бегаць, два разы на этапах Кубку сьвету — гэта ўсё пасьля хваробы. Гэта Бог натхніў мяне».

Антон Іванавіч выносіць стос спартовых дыплёмаў і скрынку з мэдалямі. Распавядае, як у шасьцідзесяцігадовым веку выйграў 12-гадзінны маратон у агульным заліку.

...пачаў маратоны бегаць, два разы на этапах Кубку сьвету — гэта ўсё пасьля хваробы. Гэта Бог натхніў мяне.

«Гэта значыць, не ў сваёй узроставай групе, а сярод усіх — і маладых, і старых». Прабег 110 кілямэтраў 204 мэтры.

«Але цяпер я ў спаборніцтвах ня ўдзельнічаю. Ну, каб ужо ня ганьбіцца — я ж заўжды прызёрам быў. А цяпер у мяне ўзровень нашмат ніжэйшы». Апошні маратон Антон Іванавіч прабег у 70 гадоў.

Івашкевіч — ня першы з тых, хто верыць, што анкалягічная хвароба напаткала яго нездарма. Іншыя кажуць нават, што ўдзячныя захворваньню — інакш ніколі б ня сталі такімі, якімі ёсьць.

«Я ж спортам займаўся, чэмпіёнам Беларусі быў, — да гэтай падзеі свайго жыцьця Антон Іванавіч вяртаецца ў размове ўжо ня першы раз. — У 1949-м стаў займацца, мне было 14 га-

доў. І праз два гады такі вось прагрэс — два гады, і адразу чэмпіён Беларусі».

Тады, вядома, ні цыгарэтаў, ні алькаголю ўжываць не даводзілася. Пасьля тэхнікуму пачаў працаваць. «Прыйшла папера, каб мяне на спаборніцтвы адпусьцілі. Дырэктар сказаў: "Выбірай — або спорт, або праца. Мне такія работнікі не патрэбныя". Я выбраў працу».

«І пустэча, ведаеце, стала. Як ва ўсіх спартсмэнаў, — пра гэта Антон Іванавіч апавядае як пра звычайную жыцьцёвую гісторыю. — Пуста вось. Гляджу на афішы — чэмпіянат Беларусі па плаваньні, а там мяне няма. Ну і пачалося. Мабыць, быў слабы духам».

«Пачаў працаваць у Белэнэргарэмналадцы. А там і халтуры, і камандзіроўкі... І паддаваць стаў, і курыць. І гэта бывала запоямі.

Я ўжо ў пекле пабываў тады, у тыя гады, я ўжо ведаю, што гэта такое. Дык, можа, Бог вырашыў такім чынам мяне спыніць, чалавекам зрабіць?»

Анкалягічную хваробу выявілі ў яго яшчэ ў 1981-м. Тады была першая стадыя.

«Доктар сказаў: "Калі ня кінеш курыць і часта выпіваць, атрымаеш рак". Але ж мы ўсе разумныя. Я вырашыў, што я разумнейшы за яе».

Адмаўляцца ад шкодных звычак Антон Іванавіч тады ня стаў і хутка трапіў у Бараўляны ўжо з трэцяй стадыяй. Разам зь ім у аддзя-

леньні ляжала каля трох дзясяткаў чалавек. Усе курылі.

«Калі я доктару распавёў гэтую гісторыю, ён кажа: “Ты ўпарты мужык — дабіваўся пуцёўкі да нас. У цябе такі дыягназ, шанцаў мала, але яны ёсьць. Для гэтага трэба, каб ты забыўся, што такое выпіўка і курыва, на ўсё астатняе жыцьцё. Калі згодзен — будзем лячыцца, калі не — ня будзем”».

«Я яшчэ доўга “вырашаў”, што выбраць, — Антон Іванавіч ізноў сьмяецца. — Ну, не вырашаў, але пакурваў. А пасьля папрасіў Бога — і як адрэзала».

«Вось у вас які пульс?» Я ня ведаю. «А ў мяне — вось паглядзіце, — Антон Іванавіч ізноў дэманструе дзёньнік самакантролю. — 54 штодня! Зрэдку бывае трохі болей».

Падчас размовы я згадваю, што ўжо два гады як спыніла ранішнія прабежкі і ўжо год не была ў басэйне.

«Вы адразу не напружвайцеся, — сур’ёзна раіць Антон Іванавіч. — Прабеглі трошкі, прайшліся, прабеглі, прайшліся. І так зь цягам часу будзеце кілямэтры нарошчваць. Вам ёсьць дзе бегаць? Вы дзе жывяце?»

«На Пуліхава».

«Дык мы ж там жылі да вайны! На Іванаўскай! — больш, чым звычайна радуецца Антон Іванавіч. — А ў вайну нас дзядзька на вёску забраў, а пасьля ізноў туды вярнуліся, на Палярную. Суседзі мы з вамі. Гэта ж мае мясьціны.

Я там хадзіў пасьля Бараўлянаў, разьвітваўся, думаў, што ўсё — на той сьвет пайду».

«Упарты мужык» Антон Івашкевіч напрыканцы свайго восьмага дзясятка дастае адмысловае гімнастычнае кола і тут жа на сваёй кухні дэманструе мне.

Я моўчкі ўсьведамляю, што ня ведаю, ці змагу так.

«Вы мне тэлефануйце, — кажа на разьвітаньне Івашкевіч і сам занатоўвае мой нумар. — Калі нейкія пытаньні, пракансультавацца трэба, тэлефануйце абавязкова. І дзёньнік самакантролю вядзіце абавязкова — гэта дысцыплінуе».

Рэха

Валеры: У 1995 годзе я перанёс апэрацыю у сувязі з ракам шчытападобнай залозы. Апэрацыя доўжылася каля 5 гадзін, і дактары не спадзяваліся зьняць са стала жывым. Але мая жонка тры гадзіны (у лютым) малілася ў царкве, стоячы босай на падлозе. І Гасподзь дапамог! Я жыву ўжо 19 год пасьля апэрацыі (зараз мне 67 гадоў) і адчуваю сябе нармальна. Вяду здаровае жыцьцё (не куру, не ўжываю алькаголь, фізычныя працэдуры і г. д.). А яшчэ я таксама ў пратэстанцкай царкве. Так што мы павінны верыць і змагацца, нават тады, калі ўсё здаецца бессэнсоўным. Прыклад гэтага чалавека — пацьверджаньне. И самае галоўнае — трэба памятаць, што жыцьцё нам дадзена Госпадам не для таго, каб яго бессэнсоўна траціць.

Пахом Кавалёў
Вылекавала вера

Павал Кавалёў захварэў на саркому ў 1991 годзе, калі яму было 20 і ён служыў у войску ў Рызе. Вайсковыя лекары настойвалі на ампутацыі нагі. Павал Кавалёў не пагадзіўся, яго камісавалі з войска. Вярнуўся ў Менск. Вырашыў стаць сьвятаром. Сьцьвярджае, што ад анкалягічнай хваробы яго ўратавала вера. Цяпер айцец Пахом (Павал) Кавалёў — уніяцкі сьвятар, служыць у парафіі Сьвятога Духа. Зь ім сустрэлася ***Іна Студзінская****.*

Са сьвятаром Пахомам Кавалёвым сустракаемся ў сутарэньнях Чырвонага касьцёла пасьля ягонай службы і сустрэчы з парафіянамі.

Нарадзіўся Павал Кавалёў 20 ліпеня 1970 году ў Менску. Пасьля заканчэньня восьмай клясы пайшоў у ПТВ, вывучыўся на апэратара станкоў з праграмным кіраваньнем. З 1986 году працаваў на Менскім аўтамабільным заводзе.

З 1987 году — сябра моладзевага аб’яднаньня «Талака». Актыўна ўдзельнічаў у археалягічных раскопках Верхняга гораду, быў у Прыпяцкай экалягічнай вандроўцы, браў удзел у пастаноўках тэатру «Золак».

«У жыцьці я шукаў свой шлях. І ў “Талаку” пайшоў сьвядома, хацелася пазнаць сваё паходжаньне, пазнаць беларушчыну. Мяне цікавіла пытаньне: хто я ёсьць? Спачатку мяне гэта цікавіла ў культурніцкім, нацыянальным сэнсе. Я браў удзел у суполцы “Талака”, удзельнічаў у розных іншых акцыях. Але потым мяне за-

цікавіла гэта ўжо ў сэнсе самасьвядомасьці рэлігійнай. І тады я ўжо пачаў цікавіцца хрысьціянствам, рознымі рэлігіямі».

На пачатку 1989 году Павал Кавалёў пазнаёміўся з грэка-каталіцкім сьвятаром айцом Янам Матусевічам, які прапанаваў юнаку прайсьці кароткі курс падрыхтоўкі да хросту. 27 лістапада 1989 году айцец Ян Матусевіч пахрысьціў Паўла:

«У мяне нерэлігійная сям'я, ніхто ня быў хрышчаны, я сам першы пахрысьціўся. Калі я толькі пахрысьціўся, у мяне быў такі досьвед любові да ўсіх людзей! Я памятаю, як ехаў у аўтобусе і зьдзіўляўся сам сабе: як я раней мог ненавідзець гэтых людзей? У мяне было пачуцьцё раскаяньня, я адкрыў у сабе любоў, якой мог ахапіць усіх людзей. Менавіта хрышчэньне было для мяне такім перажываньнем, і я быў вельмі зьдзіўлены пераменамі ў сабе. І ў войску, дзе было шмат экстрэмальных сытуацыяў, дзе былі розныя цяжкасьці, зьвязаныя са службай, я адчуваў божую апеку».

У 1990-м Паўла прызвалі ў войска. Служыць давялося ў Рызе. У войску цяжка захварэў — на назе пад каленам узьнікла пухліна косьці, і лекары прапанавалі тэрміновую ампутацыю нагі, каб уратаваць жыцьцё.

«У мяне на назе пачала надкосьніца набухаць, яе спачатку зьдзёўбвалі, зрабілі гісталягічны аналіз і знайшлі саркому. І потым мяне пачалі пераконваць, што трэба рабіць ампута-

цыю. Выклікалі маіх бацькоў, іх таксама пераконвалі, што гэта неабходнасьць, інакш могуць быць вельмі цяжкія наступствы.

Тым больш што ў шпіталі, дзе я ляжаў, у суседняй палаце быў хлопец з такім самым дыягназам, і яму ўжо ампутавалі нагу. Цікава, што перад тым, як мне паставілі такі самы дыягназ, я зь ім вельмі пасябраваў, хадзіў да яго. У яго моцна балела нага, і ў мяне была такая прага дапамагчы, неяк абязболіць, аблегчыць ягоны боль. Я нават ня ведаў яшчэ, што з тым самым сутыкнуся...»

Павал як мог дапамагаў гэтаму хлопцу, падтрымліваў маральна, рабіў масаж. Была нават думка пасьля войска вывучыцца на масажыста. Але праз пэўны час самому Паўлу паставілі страшны дыягназ — саркома:

«Калі толькі мне паставілі дыягназ, спачатку, натуральна, быў шок. Але потым я неяк унутрана быў перакананы, што гэта мае сваё Божае прызначэньне, Божую волю. Было такое пачуцьцё, што гэтая хвароба ёсьць знакам Божым. Мне трэба камісавацца, ехаць дадому, у Менск, і там мне стане больш зразумела, што трэба рабіць».

Было такое пачуцьцё, што гэтая хвароба ёсьць знакам Божым.

Цяжкая хвароба ўратавала, калі можна так сказаць, шчырага верніка і пацыфіста Паўла Кавалёва ад удзелу ў ваенных дзеяньнях:

«Нас павінны былі ў Абхазію накіраваць. А якраз мяне выклікалі ў лякарню на паўторнае абсьледаваньне. Усіх астатніх выклікалі па трывозе і забралі ўсю нашу вайсковую частку на вайну. Так што я такім чынам быў уратаваны ад вайны».

Павал Кавалёў вярнуўся ў Менск. Зьвярнуўся ў Менскі гарадзкі анкалягічны дыспансэр. Лекары прызначылі яму 30 сэансаў хіміятэрапіі, рабілі апраменьваньне.

«Але тады я ўжо пра хваробу ня думаў. У мяне было такое ўнутранае перакананьне, што гэта не прывядзе да інваліднасьці. Я не магу сказаць, што я баяўся ці не баяўся. Было перакананьне, што ўсё — у руках Божых. То бок калі я прыехаў у Менск, я рабіў усё, што лекары казалі. Але ў той жа час са мной адбываліся ўнутраныя перамены. Я павярнуўся і стаў глыбей вывучаць хрысьціянства, пачаў маліцца, была першая споведзь, першае прычасьце. І мяне гэта так захапіла, што я забыўся пра хваробу. І калі прайшоў усе сэансы хіміятэрапіі, я пра хваробу ўжо ня згадваў. Яно само прайшло, і ўсё».

Пасьля некалькіх курсаў лячэньня Павал Кавалёў паехаў у Львоў, у кляштар манахаўстудытаў. Там здарыўся першы цуд — манахі прынялі цяжка хворага ў манастыр (звычайна

ў кляштары хворых і калекаў не прымаюць). Пасьля адбыўся і другі цуд — усе браты манастыра маліліся за здароўе Паўла Кавалёва, які ўзяў імя Пахом, і цяжкая хвароба адступіла.

Цяпер пра гэта айцец Пахом Кавалёў так лёгка ўзгадвае, а тады, прызнаецца сьвятар...

«Быў, канечне, у мяне страх, і я хацеў гэтай хваробы пазбавіцца. Але потым прыйшло разуменьне, што трэба рухацца далей, што хвароба — гэта не канец жыцьця. І паступова нага перастала балець, хвароба перастала мяне хваляваць. І калі я пайшоў ужо ў манастыр, жыцьцё зьмянілася абсалютна. І я ўжо і ня думаў пра хваробу».

У Львове Кавалёў паступіў у Вышэйшую духоўную сэмінарыю імя Альфонса Лігуоры айцоў-рэдэмптарыстаў, якую скончыў у 1995 годзе. Спачатку быў сьвятаром ва Ўкраіне, у Сьвята-Ўсьпенскай Унеўскай лаўры. Потым вярнуўся ў Беларусь, служыў у Полацку ў грэка-каталіцкай парафіі Сьвятамучаніка Язафата, быў душпастырам парафіяў у Віцебску, Магілёве, Гомелі. Потым быў Украінскі каталіцкі ўнівэрсытэт, грэка-каталіцкія парафіі ў Львове...

Сьвятар Пахом Кавалёў да прыроды анкалягічных хваробаў ставіцца па-філязофску:

«Мне таксама даводзілася і ў госьпіс хадзіць, так што мне з анкалягічнымі хворымі даводзілася размаўляць. І тата мой памёр ад раку, я бачыў, як ён паміраў, у яго была таксама сар-

кома. Калі я са сваім татам размаўляў, я яму казаў, што любая хвароба — гэта рэакцыя цела на тое, што ў чалавека адбываецца ў душы. То бок калі чалавек ігнаруе тое, што ў яго адбываецца ў душы, у чалавечай прыроды няма іншай магчымасьці, як на гэта зьвярнуць увагу — толькі неяк праявіцца празь цела. Калі ён ігнаруе сваю душу, то ён не праігнаруе сваё цела. Можна сказаць, што анкалёгія — гэта такі крык, каб чалавек зьвярнуў увагу на тое, што адбываецца ў яго ў душы».

...анкалёгія — гэта такі крык, каб чалавек зьвярнуў увагу на тое, што адбываецца ў яго ў душы.

У кожнага, хто захварэў на анкалягічную хваробу, свой лёс, свой шлях, сваё змаганьне з хваробай. Айцец Пахом Кавалёў перакананы, што яго ўратавала вера:

«Для мяне гэта было пытаньне веры. Я даверыўся Богу. І ў мяне проста не было патрэбы ехаць да лекараў і пацьвярджаць, што я паправіўся. Я хаджу — і слава Богу. Некалькі разоў прыходзіла думка: "А можа, пайсьці праверыцца?" А потым гэтая думка зьнікала, таму што не было патрэбы».

Цяпер айцец Пахом Кавалёў — уніяцкі сьвятар, служыць па аўторках і нядзелях у парафіі Сьвятога Духа. Пра цуд перамогі веры над саркомай ён склаў сьведчаньне ў інтэрнэце на сваім пэрсанальным сайце.

Рэха

Крывіч: Знаёмства з Айцом Пахомам выратавала мяне ад сьмерці маральнай. Дзякуй Вам Ойча! Малітоўнік, які Вы падаравалі, для мяне — галоўны кастыль, што дапамагае мне крочыць па сьцяжынцы да Госпада Бога!

Генадзь, Масква: Вочы Хрыста. Пан Бог дапамагае такім сьвятым людзям.

Галіна, Менск: У гэтым годзе пайшоў ад нас родны чалавек. Асоба была незвычайнай па маральных якасьцях. Такіх лічаць праведнікамі. Хоць і нельга так казаць, але ён быў чалавек бязгрэшны. Самаіранічны, таму не дазваляў ніякіх «высокіх слоў». І трымаўся ўвесь гэты цяжкі пэрыяд так дастойна, усіх падтрымліваў, захаваў і самаіронію і фізычную вытрымку. Магу толькі сказаць, што ў дадзеным выпадку ад нас забралі лепшага. І яшчэ. Рак не вылечваецца. Ёсьць пэрыяды рэмісіі, якія могуць цягнуцца і дзесяцігодзьдзямі. А саркома — адна з самых цяжкіх і агрэсіўных форм. Знаю статыстыку і добра ведаю рэальную сытуацыю. Менавіта, такі дыягназ быў у майго роднага. Не буду аспрэчваць першапачатковы дыягназ. Галоўнае, што айцец Пахом жывы. Так, нельга здавацца нават у самых цяжкіх выпадках. Але і з абагульненьнем трэба быць асьцярожней.

Алесік, Менск: Лекары ладзяць апраменьваньне, вядуць пацыента падчас цяжкай хіміятэрапіі, здымаюць сымптаматыку інтаксыкацыі. А у выніку атрымоўваецца, што гэта на самой справе Божухна дапамог? Во яно як…

Ігар Крэбс

Часовая мэдычная эміграцыя ў Ізраіль

Ігар Крэбс, які мае анкалягічнае захворваньне, дзеля трансплянтацыі касьцявога мозгу вымушаны быў пайсьці на часовую эміграцыю ў Ізраіль, пасьля якой вярнуўся у Беларусь. Зь Ігарам Крэбсам пагутарыла ***Ганна Соўсь****.*

Мая размова зь Ігарам Крэбсам пачалася па тэлефоне, калі ён яшчэ быў, як сам кажа, у часовай мэдычнай эміграцыі ў Ізраілі. І найперш я пытаюся, як ён даведаўся пра хваробу, пра першую рэакцыю — яго, сям'і.

«Прыкладна два з паловай гады таму мне трэба было зрабіць невялічкую апэрацыю, я здаў аналіз крыві, пасьля чаго доктарка з паліклінікі патэлефанавала і неяк гістэрычна спыталася, ці магу я сам дайсьці да яе. Я зьдзівіўся, прыйшоў. Яна мяне за ручку павадзіла па кабінэтах, нічога ня кажучы, і потым мне расказала, што ў мяне вельмі дрэнныя паказьнікі крыві і мне трэба да анкагематолягаў. Так я даведаўся, што ў мяне першасны міелафіброз, гэта генэтычная мутацыя клетак касьцявога мозгу, што і зьяўляецца ракам. Першая мая рэакцыя, яна цяпер засталася такой — я не спужаўся, я даволі спакойна паставіўся да гэтага. На той момант я быў зусім шчасьлівым чалавекам. Шмат гадоў у сваёй сям'і, з добрай цікавай працай, я нават ня верыў, што са мной здарыцца нешта ня тое, што гэта ўвесь мой сьвет можа парушыць. Сваёй абыякавасьцю я нават нэрваваў сваіх блізкіх, таму што ня так даўно пайшоў з жы-

цьця адзін са сваякоў, якога мы ўсе любілі, супрацоўнік Радыё Свабода Ўладзя Катkoўскі, як раз у той час хварэў наш сябар Віталь Сіліцкі... Мае блізкія ўспрынялі вельмі цяжка сытуацыю са мной, адрозна ад мяне. Я не ўспрыняў сваю хваробу як прысуд, я вырашыў, што будзе, тое й будзе, і неяк мы гэта пройдзем, і ўсё будзе ў парадку».

Асноўную інфармацыю пра хваробу і лячэньне Ігар атрымоўваў ад лекараў. Бо тыя артыкулы, што знаходзілі ў інтэрнэце, былі, на яго думку, ці занадта навуковыя і незразумелыя, ці занадта павярхоўныя. На маё пытаньне, як хвароба зьмяніла жыцьцё і што было самым цяжкім, Ігар адказвае, не раздумваючы:

«Самае цяжкае для мяне было — гэта пакінуць краіну, тое, да чаго прызвычаіўся, з чым жыў, што мне прыносіла радасьць. Я доўга супраціўляўся, але мае сябры і мая сям'я дамагліся таго, каб я лячыўся не ў Беларусі, а ў Ізраілі. Кардынальным чынам паўплывала на рашэньне аб ад'езьдзе зь Беларусі тое, што ў прыватнай размове адзін зь вядучых спэцыялістаў па трансплянтацыях сказаў мне, што яны не гарантуюць добрых вынікаў з-за таго, што ў Беларусі на той час не было адпаведных лекаў і карысталіся пераважна джэнэрыкамі. Для мяне гэта была не сапраўдная эміграцыя, гэта была мэдычная эміграцыя. Калі я зьяжджаў, я вырашыў для сябе, што адразу, як толькі змагу, вярнуся ў Беларусь. Так і адбылося.

Я разьлічваў на паўгода, месяцаў на восем. На жаль, гэта зацягнулася. Я ў Ізраілі пражыў больш за паўтара гада, нядаўна роўна год прайшоў з таго часу, як мне зрабілі трансплянтацыю касьцявога мозгу».

Вось што Ігар Крэбс напісаў у Фэйсбуку ў гэты дзень:

«Учора споўніўся роўна год з моманту перасадкі касьцявога мозгу. Адзначыў чарговым пераліваньнем крыві... Апэрацыя — гэта проста кропельніца з чырвоным пакецікам. Атрымаў кавалак іншага чалавека — ягоныя ствалавыя клеткі, якія пераўтварыліся ў мой здаровы, бяз раку, касьцявы мозг. Моцна адчуваю ў сабе іншага чалавека. Фізіялягічна — таму што новы мозг працуе вельмі добра, але й варагуе дагэтуль з арганізмам. Мэнтальна таксама. Галоўны вынік году — Свабода. Ня кожнаму пашчасьціць займець яе ў мае гады ды маючы дзяцей. Галоўны вывад году: свабода ня значыць шчасьце. А ўвогуле ўсё гэта лухта. Не хварэйце».

Але вернемся да гісторыі часовай мэдычнай эміграцыі Ігара Крэбса...

«На той момант, як я быў у Беларусі, я фактычна страціў сваю працу. Я працаваў у дрэваапрацоўцы, яе стала вельмі мала, быў крызіс. Хаця мае працадаўцы мне моцна дапамаглі, і фінансава ў тым ліку. Мне пашчасьціла, і я ня меў вялікіх фінансавых праблемаў у Ізраілі. Мяне падтрымалі сябры. І калі я думаю пра хворых,

інвалідаў у Беларусі, у мяне канечне нашмат больш выгоднае становішча».

Як зьмяніўся лад жыцьця, погляд на сьвет, на ўзаемаадносіны паміж людзьмі пасьля анкалягічнага дыягназу?

«Мне падаецца, што я практычна ніяк не зьмяніўся. Я застаўся тым самым чалавекам і я гэтак сама кантактую зь людзьмі, і яны са мной. Рознае стаўленьне з боку сяброў і блізкіх ёсьць. Ёсьць такія адносіны, нібыта гэта чума і трэба трымацца ад гэтага далей, але такога вельмі мала. Ёсьць блізкія, якія пашкадавалі больш сябе, чым мяне. Але мне вельмі пашчасьціла зь сябрамі. Як сьпяваюць у нямецкай песеньцы, якую я цяпер пераклаў, сябры — заўжды сябры, найдаражэйшае што ёсьць. Што дапамагала змагацца? Я думаю, што гэта памылковае слова. Хворыя на рак — яны не змагары. Яны, калі вырашаюць, што трэба лячыцца, што трэба жыць, то яны проста выконваюць усё, што раяць дактары, і проста жывуць. Гэта часам цяжкае жыцьцё атрымліваецца, але яны жывуць. Гэта не змаганьне і не геройства, якія вымагаюць нейкага валявога рашэньня. Хіміятэрапія і лекі, што прымаюцца пасьля яе, выклікаюць моцную дэпрэсію, у выніку губляецца сэнс існаваньня. Пераадолець гэта могуць дапамагчы толькі блізкія людзі сваёй цярплівасьцю, разуменьнем. Часам я думаю, што гэта важнейшае за якасьць лекаў».

Што параілі б тым, каму толькі паставілі анкалягічны дыягназ? Як захаваць пазытыўны настрой?

«Ня трэба занадта шмат думаць аб мінулым і шкадаваць аб тым, што страчваеш. Ня трэба думаць пра «змрочную» будучыню. Лепш жыць сёньняшнім днём, дапамагаць дактарам, дапамагаць блізкім людзям, таму што для іх ваша хвароба большы шок, чым для вас саміх. Трэба знаходзіць для сябе прыемнае нават у цяжкія дні і рыхтаваць сябе да будучыні. Нават калі прагнозы ня вельмі аптымістычныя, гэта не нагода ператвараць рэшту свайго жыцьця і жыцьцё блізкіх людзей у пекла. Я, напрыклад, не вылазіў з рыбалкі і грыбоў перад «эміграцыяй». Нельга быць іпахондрыкам. Я наогул іпахондрыю далучыў бы да сьпісу сьмяротных грахоў. Трэба проста працягваць жыць. Жыцьцё працягваецца, і яно будзе трошкі іншым, але і ў ім можна знайсьці свае плюсы».

Я наогул іпахондрыю далучыў бы да сьпісу сьмяротных грахоў. Жыцьцё працягваецца, і яно будзе трошкі іншым, але і ў ім можна знайсьці свае плюсы.

І якія плюсы?

«Яны побытавыя больш. Я даўно забыўся, што значыць жыць для сябе. У мяне ніколі не было за апошнія дзесяцігодзьдзі і ніколі

ня будзе напэўна ўжо, калі я вылечуся, стольк і вольнага часу. Я даўно ўжо столькі не чытаў кніжак, я ізноў пачаў займацца спортам, таму што лекі ўзьдзейнічаюць такім чынам, што калі ты ня будзеш спортам займацца, то будзеш адчуваць сябе і выглядаць вельмі дрэнна. Я пачаў вывучаць ангельскую мову, тое, што я гадоў 20 ўжо хацеў зрабіць, але ня меў часу. Я ніколі не глядзеў столькі фільмаў, заняўся перакладамі. І гэта ня толькі дзеля задавальненьня, гэта спосаб выжываньня, каб не сядзець у адзіноце днямі ды начамі дома, і думаць толькі пра сябе, пра свой стан, пра свой шлях у нікуды».

Пасьля лячэньня ў Ізраілі Ігар Крэбс можа параўнаць ізраільскую і беларускую сыстэму аховы здароўя, мэтады лячэньня анкалягічных хваробаў, і асноўнае, на яго думку, палягае, ня ў леках і лекарах.

«Ізраільская сыстэма аховы здароўя вельмі адкрытая. Менавіта гэта трэба ўводзіць ў беларускую мэдыцыну. У мяне ёсьць знаёмы (на жаль, ён ужо памёр ад раку), які чатыры месяцы правёў у менскай лякарні, яму рабілі некалькі хіміятэрапіяў, рабілі трансплянтацыю, і чатыры месяцы ён ня бачыў сваіх родных. Тлумачылася гэта тым, што ў такіх хворых вельмі нізкі імунітэт, які спэцыяльна падаўляецца, каб трансплянтант не варагаваў з арганізмам. І кожная інфэкцыя можа проста забіць хворага. Але гэтая небясьпека моцна перабольшаная. У Ізраілі, у палаце, дзе мне

каля месяца рабілі хіміятэрапію, нават стаіць асобны ложак у палаце для тых, хто захоча застацца з табой на ноч. Да мяне маглі прыходзіць сябры ці сваякі ў любы час, іх нават кармілі, так сама, як мяне.

Мэдыцына, лекі, кваліфікацыя — гэта вельмі важна, але гэта не вырашальнае. Вырашальнае, каб побач былі блізкія людзі. І гэтага як раз няма ў беларускай мэдыцыне. Беларускія лекары нічым ня горшыя за ізраільскіх, такія ж разумныя і кваліфікаваныя, яны цудоўна ведаюць пра тое, што адбываецца ў мэдыцыне ва ўсім сьвеце. Проста мэдыцынская сыстэма ў Беларусі закрытая сама па сабе, і ёй, магчыма, ёсьць што хаваць. Дактары вымушаныя думаць не пра тое, як зрабіць лепш пацыенту, а пра тое, каб у іх не было непрыемнасьцяў, што яны выдадуць дзяржаўную таямніцу, што ня ўсё так добра ў нашай мэдыцыне».

Наша гутарка працягваецца ўжо ў Менску. Ігар Крэбс вярнуўся ў Менск з часовай мэдычнай эміграцыі. І на завяршэньне я прашу яго даць парады тым, хто мае анкалягічную хваробу.

Мэдыцына, лекі, кваліфікацыя — гэта вельмі важна, але гэта не вырашальнае. Вырашальнае, каб побач былі блізкія людзі.

«Не забывайма, што здараюцца цуды. Нездарма мае дактары часта кажуць, што шмат

чаго залежыць ад Бога. Нельга таксама культываваць у сабе комплекс ахвяры ці інваліда, якому ўсе абавязаныя, і ня цэняць «геройства» заўчасна асуджанага. Трэба разумець, што іншы чалавек ёсьць асобная пэрсона, якая зусім не павінна класьці сваё жыцьцё на алтар «героя». Твая хвароба — гэта перад усім твая асабістая праблема. Рак не зьяўляецца чымсьці звышвыбітным. Ёсьць шмат іншых хваробаў і жыцьцёвых сытуацыяў, якія ня менш цяжкія. І пра геройства яшчэ. Вось Юрася Бушлякова я якраз лічу героем, таму што ён сапраўды заставаўся чалавекам і працаваў, нават калі было ўжо ўсё зразумела».

Рэха

Vovis, Менск: Ігар, здароўя, здароўя і яшчэ раз здароўя!!!! Ты нам патрэбны!!!!

Жана Лашкевіч

Мяне трымае дом

10 гадоў таму драматург, сцэнарыст, тэатральны крытык Жана Лашкевіч перажыла анкалягічную апэрацыю. Лічыць, што хвароба паспрыяла якасным зьменам у яе жыцьці. З Жанай Лашкевіч сустрэўся ***Ігар Карней****.*

Жана Лашкевіч расказвае, што «дыягнаставаў» ушчыльненьне там, дзе яго быць не павінна, на той час 15-гадовы сын Station Браніслаў. І каб не яго пільнасьць, хвароба, відаць, самацёкам набліжалася б да стану, пры якім наўрад ці нават лекары змаглі б дапамагчы хутка і якасна:

«Сын, можна сказаць, першы дыягностыцы і паспрыяў. Ён вучыўся ў хіміка-экалягічнай клясе (там біялёгія — ці не на першым месцы) і на той час займаўся ўшу, заўважыў ува мне нейкую нязграбнасьць, нягнуткасьць і адразу насьцярожыўся: а што з табой? Кажу, нешта тут пабалела, там пабалела, але прайшло. Але сын у мяне вельмі сыстэматызаваны: гэта не адказ, сядзь і скажы — калі, як забалела? І ўвогуле зьбіраесься і ідзеш да доктара. Я паслухалася дзіця, з гэтага ўсё і пачалося. Далі накіраваньне, трапляю ў першую анкалягічную паліклініку. А там лекар Эдуард Лінкевіч канстатуе: ну, што ж, трэба зараз жа апэраваць. Кажу, што зараз не магу, бо я новы праект пачынаю — сталася так, што якраз мяняла працу. Ну, тады паспрабуйце дамовіцца зь Ім (і лекар выразна глядзіць на столь), можа Ён таксама пачакае? Давялося разам з праектам для праграмы “Наше утро”

на АНТ апэраавацца. Уласна два тыдні за мяне адпрацавала дзяўчына, якая езьдзіла на здымкі як журналістка».

Жана Лашкевіч нарадзілася ў Менску ў 1960 годзе. Як удакладняе сама, у мамачкі, якая на той час была студэнткай Інстытуту замежных моваў. Зь дзяцінства існавала ў шматмоўным асяродзьдзі, бо маці няблага ведала францускую, нямецкую, польскую мовы. Задаткі паліглёта перадаліся і дачцэ. Большы час гадавалася ў дзядулі і бабулі, якія выхавалі любоў і павагу да беларускай мовы.

Пасьля школы вучылася на філялягічным факультэце БДУ, паралельна працавала ў аддзеле культуры газэты «Знамя юности». З удзячнасьцю згадвае першых настаўнікаў — Валера Холада і Леаніда Паўлючыка. Потым была «Беларуская энцыкляпэдыя», дзе падыходу, як з дробнага зрабіць вялікае і як вялікае раскласьці на дробнае, навучыў выдатны рэдактар Васіль Семенякоў.

Наступныя 11 гадоў — у аддзеле тэатру, кіно і тэлебачаньня тыднёвіка «Літаратура і мастацтва». Гэта быў пік папулярнасьці выданьня — спачатку пад кіраўніцтвам Анатоля Вярцінскага, а потым Міколы Гіля. Адсюль на пасаду загадчыцы літаратурнай часткі ў Купалаўскі тэатар выпраўляў яе Ўладзімер Някляеў.

Праз два гады перайшла ў фірму «Каўчэг», якая спэцыялізавалася на выданьні беларускай музыкі і кніжак. Увесь гэты час паралельна пра-

цавала на тэлебачаньні, куды яшчэ на пачатку 1990-х яе запрасілі кансультаваць перадачы па тэатры, а потым і ў якасьці вядучай. На момант канстатацыі анкалягічнай хваробы рыхтавала культурніцкія праграмы для каналу АНТ.

Ад 2006 году — загадчыца літаратурна-драматургічнай часткі Рэспубліканскага тэатру юнага гледача, зь якім у якасьці тэатральнага крытыка шчыльна супрацоўнічала і дагэтуль. Так, дачасна памерлы мастацкі кіраўнік і галоўны рэжысэр Андрэй Андросік — яе ўлюбёны рэжысэр-пэдагог, а колішні загадчык літаратурнай часткі Артур Вольскі пераканаў пісаць ня толькі тэатральную аналітыку, але і п’есы.

Жанна Лашкевіч не выключае, што менавіта адыход у іншы сьвет дарагіх і любімых людзей прычыніўся да страшнага захворваньня:

«2003 год. Спачатку ў лютым памірае Андрэй Андросік. Для мяне гэта быў страшэнны ўдар, я доўга плакала, мама мяне суцяшала. А літаральна 12 ліпеня таго самага году памірае мая мама. Каб вам быў зразумелы памер страты… Натуральна, калі ў чалавека ёсьць мама, у кожнага зь ёй свае стасункі. Мы менш за ўсё былі проста мамай і дачкой. Гэта была паплечніца, дарадца. Адным словам, гэта быў чалавек, безь якога да сёньняшняга дня мне жыць цяжка... Праўда, за такі кароткі час, усяго за год, такая хвароба не разьвіваецца. Гэта ўплыў шмат якіх падзеяў...».

Жана кажа, што ёй пашанцавала ад першага дня — доктар Эдуард Лінкевіч быў нядрэнна абазнаны, што адбываецца ў беларускай літаратуры і мастацтве, таму пазнаў амаль адразу. Адпаведнае было і стаўленьне. І фактычна спадару Лінкевічу дала слова, што абавязкова вернецца ў тэатар:

«Эдуард Эдуардавіч ставіў мяне да сьцяны, я ўпіралася ў яе локцямі. Швы зашывалі, але трэба распрацоўваць руку. Казаў: прыхініцеся да сьцяны і пакажыце ўсім, на што здольны чалавек, якому вельмі трэба на працу. Мы ўсе сьмяяліся: па-першае, доктар дасьціпны, па-другое, я многае са шпітальных прыгодаў для сябе вынесла. Калі да гэтага ставісься з пэўнай доляй гумару, іроніі, то яно дапамагае. Ну, вось ляжаць кабеты. Яны так сябе шкадуюць, што плакаць гатовыя ад раньня да зьмярканьня. А я толькі крыху ачомалася, паглядзела на сьвет божы, а ў палату зазірае дзядзька Вова — трэнэр майго сына Уладзімер Дзям'янцаў: «Што, ляжыш? Можа дапамагчы?» «Не-не, я сама». «Правільна: падымайся — і ідзі». Дзядзьку Вову пераймае мэдсястра: што тут адбываецца? Ён у адказ — падымаемся і радуемся жыцьцю!.. А я сапраўды падымаюся, іду і больш не кладуся, усё. Гэты бар'ер — не магу, ай, баліць — быў адразу ўзяты. Дзядзька Вова навучыў дыхаць: калі будуць рабіць перавязкі, а гэта балюча, старайся так уцягваць у сябе паветра, каб аж сьвістала. Дапамагло сапраўды. Можа я больш

сябе пераконваю, але гэта звыклыя прыёмы ўшу. Наш дзядзька Вова прайшоў Аўганістан і шмат якія рэчы ўмее прымяняць на практыцы. Пра яго дзеці кажуць: трэнэр наставіць палец, і ты паваліўся. Абсалютна перакананыя, што так і будзе».

Суразмоўніца ўпэўненая, што адзін з асноўных фактараў супрацьстаяньня любой хваробе — падумаць пра тое, што камусьці ў пэўных сытуацыях было нашмат складаней:

Што я такога не магу вытрываць, каб не пераадолець свае страхі?

«Гэта цяжкая і вельмі страшная хвароба. У чым жа тады гумар, іранічнае стаўленьне? Хораша пераконваў Эдуард Лінкевіч: вы ж дзіця нараджалі, ну што вам можа быць страшна, чаго вы яшчэ баіцеся? Мне цікава было б паслухаць, што ён мужчынам казаў у гэты момант. Але сутнасна гэта так. Мой дзед прайшоў Другую сусьветную вайну, мой прадзед служыў у царскай арміі. Я абсалютна мірны чалавек і проста не ўяўляю, як можна скакаць, сячы альбо бегчы на нейкія пазыцыі, кідаць гранаты — мне страшна. Але людзі гэта пераносілі. Што я такога не магу вытрываць, каб не пераадолець свае страхі? Па-мойму, ім было цяжэй. Бабуля перажыла вайну, знакамітую партызанскую блякаду 1943 году. Бабуля, мая мама і мамін брат уцякалі ўтрох на саначках. Жах! Адна з самых халодных зімаў

XX стагодзьдзя, мароз мінус 30 градусаў. Вось гэта было страшна. А легчы на апэрацыю, калі табе маску наклалі, калі лекар за табой ходзіць, калі мэдсястра глядзіць? Мне пашанцавала, у мяне сапраўды быў вельмі добры пэрсанал. Можа ён ва ўсіх такі, іншая рэч, як да яго ставісься. Мы часьцяком жартавалі, нават дзяжурны лекар неяк сказаў: да вас заўсёды вельмі прыемна заходзіць, вы ўсе такія... жывыя!»

У 2005 годзе пасьля апошняга курсу хіміятэрапіі Жана вышыла двух анёлаў, якія сымбалізавалі заканчэньне ракавай гісторыі. Яны і цяпер вартуюць спакой яе сям'і — як сымбаль таго, што старое ніколі не паўторыцца:

«Найперш, у мяне была задача як мага хутчэй выбрацца са сваёй прыгоды — маё дзіцё яшчэ было школьнікам, Браніслаў вучыўся ў 9-ай клясе. А другая задача — стаць на ногі так, каб ужо ня падаць. Альбо падаць і найхутчэй падымацца. І вось гэтыя дзьве задачы трэба вырашаць любым коштам, нягледзячы на тое, што мала грошай, няма ніякай пэўнасьці і г. д. Балазе, тады яшчэ нашы лекі, так званыя яды, якія выдаваліся на «хімію», былі бясплатныя. Мне сказалі, што зараз за гэта трэба плаціць. Але чалавек у гэтым стане кожную капейчыну беражэ проста таму, што яму садавіна патрэбна, ніводзін яблык ня лішні. Яшчэ калі ты ведаеш, што цябе хтосьці чакае і камусьці вельмі трэба, каб ты вярнуўся, то гэта выцягвае. Каштоўнай была падтрымка Валянціны

Іванаўны Гаявой, мастацкага кіраўніка “Харошак”, Валерыя Мікалаевіча Раеўскага, на той час ён узначальваў Купалаўскі тэатар, рэжысэра Зьмітра Бейнарта-Саладухі і майго суседа — вядомага артыста Аляксандра Кашперава. Акрамя трэнэра і сяброў да мяне ў шпіталь кожны дзень прыходзіў сын, прыносіў то яблычак, то памідорку, а то і вараныя яйкі! Грошы на нейкі час я пакінула, але ён тады проста яшчэ ня ўсё ўмеў. Ягоны клопат быў вясёлы, усьмешлівы і... пранізьлівы, кранальны. Сын годна пражыў гэты жыцьцёвы скрут, нават навучыўся гатаваць. Дарэчы, цяпер, у свае 24 гады, Браніслаў выдатна гатуе, спраўны кухар!»

Жана Лашкевіч ня стала афармляць інваліднасьць, паколькі ў такім разе рызыкавала застацца бяз працы. І літаральна са шпітальнага ложка зноў вярнулася ў кадр:

«Для мяне тая эпапэя цягнулася больш за год. Звычайна яна цягнецца менш, таму што людзям патрэбны бальнічны, а бальнічны калі лекар адкрывае, яму трэба, каб у пэўныя прызначаныя дні чалавек усё прайшоў, адляжаў і выходзіў на працу. У мяне такога абмежаваньня ці такой умовы не было. Здымачная група паставілася да мяне настолькі ашчадліва і, я б сказала, з такой любоўю, што я магла сабе дазволіць недазвольнае. Укол альбо пігулкі — і пасьля вылежацца тры ці чатыры дні. Можна было пільна зважаць на агульны стан здароўя, доўжыць перапынкі паміж курсамі хіміятэра-

піі. Гэта магутная падтрымка. Таму што ты ня ходзіш па сьцяне, у цябе ня скачуць зайчыкі ў вачах і ты можаш ачомацца, апратацца, вызваліць галаву для таго, каб напісаць тэкст за кадр і г. д. Ведаеце, я да такой ступені знахабілася, што часам, калі падцiскала, спакойна станавілася ў кадр! Апэратар ладзіў камэру і лагодна пабурквaў: маўляў, а мы зь іншага боку зойдзем. Тады я не магла яшчэ нічога падкласьці на рану, бо з пратэзам надарылася цэлая важданіна».

Яшчэ за перабудовачным часам, як і многія савецкія жанчыны, Жана Лашкевіч адкрыла для сябе часопіс «Burda». Старонкі з моднымі выкрайкамі сталі яе спадарожніцамі на ўсё далейшае жыцьцё. Таленавітай швачкай была і маці, а дачка разам з прыгожымі рэчамі вось ужо дзясятак гадоў сама сабе шые… пратэзы:

«Я не задаволеная перадусім коштам нашых пратэзаў, таму шыю сабе іх сама. Я ж рукадзельніца, што тут шыць? У мяне ёсьць таварышкі па няшчасьці, дык адна прапанавала: зрабі майстар-кляс, навучы іншых. Гэты цэлюлоід альбо плястык, які нам прапануюць, каштуе нейкіх атамных грошай. Я, праўда, яго так і не даўмелася здабыць, таму што, шчыра кажучы, грошай шкада, я столькі не зарабляю. Замежных пратэзаў я ніколі ня бачыла, таму гаворка менавіта пра беларускі. Ну, як? У мяне няма групы інваліднасьці, я яе сьвядома не брала, каб ня страціць працу — вы ж ведаеце, як у

нас бяруць на працу інвалідаў. А калі ў цябе няма групы, так званы пратэз можна набыць толькі за грошы. І вось колькі вядзецца мая гісторыя — ад 2004 году — кожныя два-тры гады я настройвалася, што вось-вось куплю. Была набрала ўжо колькі трэба грошай і нарэшце вырашылася. Але называюць новую суму! І мне становіцца шкада. Верагодна, я шараговая жмінда-скупянда, але лепш пайду на кніжны рынак і накупляю сабе часопісаў і кніжак па вязаньні ды вышываньні на гэтую суму. Тым больш, цяпер усё дастаткова проста: ёсьць усе неабходныя матэрыялы, сінтэпон, паралёнавыя тонкія падплечнікі. Усім гэтым можна абысьціся, зрабіць сабе цалкам якасную рэч і не дурыць галаву. Прабачце, але гэта жыцьцё».

Многія з тых, хто перахварэў на рак, адзначаюць: цяжкая хвароба зьмяняе чалавека. Зьмянілася і Жана Лашкевіч. Па словах суразмоўніцы, у яе зьявілася цярпеньне, трываласьць, разважлівасьць, чаго дагэтуль бракавала. Да таго ж, яна цьвёрда трымаецца перакананьня: асноўны сэнс жыцьця — гэта дом:

«Ёсьць розныя тлумачэньні. Адны лічаць, што хвароба — гэта насланьнё, сурокі. Іншыя лічаць, што гэта пакараньне. Ёсьць меркаваньне, што гэта выпрабаваньне. Зь імі можна пагаджацца, можна не пагаджацца. У маім выпадку, напэўна, гэта было выпрабаваньне — для таго, каб я магла якасна памяняцца. Я памянялася, і сапраўды якасна. Я стала рабіць рэчы, якія да

гэтага часу былі ў жыцьці на 10-м пляне, дзесьці далёка-далёка, што называецца, «потым, калі-небудзь». Потым, калі-небудзь — гэта дом, яго нельга адкласьці. Ня можна адкласьці вышываньне сурвэтак, вязаньне шкарпэтак, шытво якіх-небудзь лапак для патэльні. Таму што гэта дом, нешта тое, што трымае чалавека ў жыцьці. Асабіста мяне ў жыцьці трымае дом. У нас зараз з сынам такія дачыненьні, як калісьці былі з мамай. Мы зь ім больш паплечнікі, сябры, таварышы. Часам яму кажу: чаму ў цябе ў пакоі не прыбрана? Ён адказвае: «Не прыбрана? Мама, тут усё як мае быць!» На гэтым непаразуменьні сканчваюцца. Увогуле цяжка на гэты конт нешта казаць, але праўда — я моцна зьмянілася. Навучылася цярпець, трываць, чакаць; доўга, старанна, падрабязна працаваць. Не адкладаючы справы на апошнія дні — ёсьць такая студэнцкая звычка шмат у каго. Дык вось, я яе пазбылася, хоць і зь вялікай цяжкасьцю. Ня толькі не адкладаць на заўтра, а не адкладаць нават на вечар тое, што можна зрабіць з раніцы. Вось прыкладна такая гісторыя…»

Адны лічаць, што хвароба — гэта насланьнё, урокі. Іншыя лічаць, што гэта пакараньне. У маім выпадку, напэўна, гэта было выпрабаваньне — для таго, каб я магла якасна памяняцца.

Адолеўшы цяжкую хваробу, вось ужо дзесяць гадоў Жана Лашкевіч зноў жыве паўнавартасным жыцьцём. Найперш аддае сябе сям'і, дому і роднаму Тэатру юнага гледача, любімага не адным пакаленьнем маленькіх і дарослых беларусаў.

Рэха

Галіна Януш: Выдатны матэрыял Ігара Карнея! Прачытала мужу зранку пра моцную духам жанчыну, якую ведала з маладосьці — заўсёды вясёлай, інтэлігентнай і адкрытай у стасунках з людзьмі. Захапляемся шматлікімі талентамі Лашкевіч, якія Жана ў сабе адкрыла і разьвіла. Ідзем сямейна ў ТЮГ!

Валер Дранчук: Жана, сьветла рады за Вас. І за той шчасьлівы выпадак, што мы, беларусы, не страцілі такога чалавека як Вы. Нашы сустрэчы (па-за экранам, на працы і ў горадзе) былі для мяне заўсёды запамінальныя, Вы праменілі жыцьцём і радасьцю. Жывіце доўга!

Леанід Дранько-Майсюк: Спадарыня Жана! Заўсёды прыемна бачыць Вас, размаўляць з Вамі, чытаць Вашы артыкулы! Вельмі прыемна, што ваша хараство — хараство пераможнае!

Мазынскі Валеры: Вось так жывеш побач, здаецца ходнікі адны і тыя ж, а як бы ўпершыню пазнаёміўся з табой. Даруй, бо нічога пра цябе ня ведаў. Шчасьця табе, шчасьця, Жаначка!!!

Валянціна Ляшук
Ведаеце, хто мне дапамог? Дар'я Данцова!

Валянціне Ляшук са Смаргоні было 36, калі ёй паставілі анкалягічны дыягназ. Яна пазьбягае слова «рак». Кажа: анкалягічная хвароба. У 2014 годзе споўнілася 10 гадоў, як ёй зрабілі апэрацыю. Сваёй гісторыяй Валянціна Ляшук падзялілася зь ***Інай Студзінскай****.*

Валянціна сама выпадкова заўважыла ўшчыльненьне на грудзях. У Смаргоні не было адпаведнага мэдычнага абсталяваньня, і жанчыну накіравалі на абсьледаваньне ў суседнюю Вялейку:

«Зрабілі аналізы. Сказалі... рак. Гэта была пачатковая стадыя. Я выйшла з кабінэту доктара. Муж быў побач. Ва ўсіх — шокавы стан, усе плачуць. У мяне не было шоку. У мяне быў... ступар. Я села на кукішкі... Бог даў мне розум у той момант: не запанікаваць. Потым прыйшлі паніка, дэпрэсія, страх. Я села і сказала сама сабе: “Супакойся, ты вылечысься. У цябе маленькія дзеці”. Я думала толькі пра дзяцей».

Псыхолягі кажуць, што ў жанчыны, якая адказная за малых дзяцей, за сям’ю, у такой сытуацыі ўзьнікае альбо страшная паніка, шок, альбо, наадварот, невядома адкуль бяруцца сілы, уключаецца розум, зьяўляецца ўсьведамленьне, што трэба дзейнічаць, змагацца за жыцьцё, зрабіць усё магчымае і немагчымае. Гэта цяпер, праз 10 гадоў, яна ўжо спакойна распавядае пра самыя цяжкія моманты свайго жыцьця:

«Калі мы прыехалі дадому, я мужу сказала: “Вось гэта там ляжыць, гэта — там...” — мы ж, жанчыны, усе такія... І тут ужо я разраўлася... Паўгода таму мая маці памерла ад раку, хросная памерла ад анкалягічнай хваробы, мой хросны бацька таксама памёр ад пухліны, мая бабуля (памятаю, мне было 12 гадоў, а ёй 72) памерла ад раку. Яшчэ дзед казаў: “Дзеткі, цішэй, не крычыце, так лягчэй паміраць...” Уяўляеце?»

...прыйшлі паніка, дэпрэсія, страх. Я села і сказала сама сабе: “Супакойся, ты вылечысься. У цябе маленькія дзеці”.

Гэта ўсё паўстала ў памяці... І Валянціна ўзялася за літаратуру, пачала чытаць пра анкалёгію, вывучаць, што гэта за хвароба — рак — і як зь ёй змагацца. Прыехала ў Бараўляны, бо накіраваньне было зь Вялейкі Менскай вобласьці. Але жыве яна ў Смаргоні Гарадзенскай вобласьці. Сям’я тады чакала, што мужа перавядуць у Менск. І тут пачалося: маўляў, «вы ня з нашага рэгіёну, вам трэба ехаць у Горадню»... Валянціна ж начыталася, што хвароба можа прагрэсаваць за лічаныя дні і ёй нельга чакаць:

«Дзякуй Богу, што разам са мной заўсёды добрыя людзі. Я ўжо ня памятаю прозьвішча доктаркі, якая мне сказала: я вам дапамагу парадай. Схадзіце да такога і такога лекара, патлумачце сваю сытуацыю. Я падышла, патлума-

чыла, што муж вайсковец. Двое малых дзетак. І ён піша Путырскаму — прыняць у аддзяленьне тэрмінова. Мне сказалі прыехаць на апэрацыю праз тыдзень. Гэта зьбег абставінаў, гэта анёл быў нада мной».

Валянціну праапэравалі роўна праз два тыдні пасьля таго, як паставілі дыягназ. А некаторыя жанчыны чакалі апэрацыі па паўгода. У палаце Валянціна была самая маладая — ёй было 36. Астатнім суседкам па палаце — за 60. А размовы ў палаце вяліся даволі змрочныя, пэсымістычныя:

«Калі толькі ў палаце жанчыны старэйшыя пачыналі гаварыць пра сьмерць, што мы ўсе памром — а размовы такія былі пастаянна, — я раз паслухала, другі, а на трэці сказала, і даволі рэзка: «Давайце пра сьмерць вы будзеце гаварыць на калідоры, а не ў палаце». Я вельмі груба сказала. Але пасьля гэтага ўсе размовы пра сьмерць спыніліся. «Нам усім вельмі дрэнна, хто на хіміі, хто на апраменьваньні. Давайце мы будзем проста адна адной рукі гладзіць. Нам будзе лягчэй», — суцяшала сталых жанчын самая маладая ў палаце.

Апэрацыі анкахірургі робяць вельмі прафэсійна. Апэрацыі пастаўленыя на паток: пацыентаў у Бараўлянах з кожным годам болей. Нагрузка ў лекараў вялікая, і не заўсёды ім хапае часу, каб даць парады жанчынам, як хутчэй аднавіць здароўе, прайсьці рэабілітацыю. А многім проста не хапае чалавечай дабраты,

такту, далікатнасьці. Валянціну Лашук вельмі ўразіла, як мэдыкі спрабавалі «суцешыць» жанчын, якія выдалілі грудзі:

«А што вы хочаце? Амазонкі адмыслова грудзі рэзалі, маўляў, каб не перашкаджалі нацягваць цеціву». Гэта лекары і мэдсёстры казалі. І ў такой форме даволі грубай, не было ў гэтым гумару ці пад нейкі настрой. Гэта гучала так: «А што вы ад нас хочаце? Вас тут цэлы паток».

Паўгода Валянціна Ляшук лячылася ў Бараўлянах, прайшла шмат сэансаў цяжкой хімія-тэрапіі. Было вельмі дрэнна, выпалі валасы, слабасьць. Урэшце, яе выпісалі са шпіталя, яна вярнулася дадому. І апынулася сам-насам са сваімі праблемамі:

Дар’я Данцова што сказала? Ставіць посуд на верхнюю паліцу і вешаць бялізну. Дзякуючы талеркам і прышчэпкам я распрацавала руку.

«У той момант ведаеце, хто мне дапамог? Вы ніколі не здагадаецеся. Дар’я Данцова! Зноў жа, анёл падказаў мне купіць яе кнігу. Перад дэтэктывам было тры старонкі, дзе яна распавядала пра сваё жыцьцё, як яна захварэла на анкалёгію, як выходзіла з хваробы. Нам лекары казалі: распрацоўвайце рукі. А як? Пакажыце нам, якую фізкультуру трэба рабіць! Нам ніхто не паказваў. Данцова кажа, што яна мыла посуд і вешала бялізну, прышчэпліваючы сашчэпкамі

і прышчэпкамі. Я прыехала дахаты — дрэнна, слабасьць. Дзеці і муж кажуць: мы самі памыем посуд. А я кажу: не, Дар’я Данцова што сказала? Ставіць посуд на верхнюю паліцу і вешаць бялізну. Дзякуючы талеркам і прышчэпкам я распрацавала руку».

Потым было яшчэ шмат выпрабаваньняў. Доўга, амаль тры гады не зажывалі швы, ішла сукравіца. Абвастрыліся іншыя балячкі: язва, хвароба печані, нырак. Ратавала найперш сям’я, любімыя дзяўчаткі-памочніцы. Хоць абывацелі палохалі:

«Муж кіне», — усе ў адзін голас казалі. Маўляў, каму патрэбна хворая жонка? А я ім пра сябе ў адказ: «Божухна, што ты кажаш такое дрэннае?» То бок мой розум не прымаў гэтую інфармацыю, мая энэргетыка выкідала яе вон. Сям’я — мае любыя, добрыя — яны мне вельмі дапамаглі. Мае мілыя дзяўчаткі: «Мамачка, паляжы, адпачні, мамачка, мы папрасуем, усё памыем...» Яны мяне абдымалі. Натуральна, я пры іх крыху плакала, але старалася выплакацца, калі іх не было. Муж увесь час на працы, ён у мяне памежнік. Натуральна, яны мне ўсе дапамагалі».

Яшчэ ратавала вера і... прырода. Валянціна вітаецца з сонейкам, размаўляе з кветачкай, радуецца кожнаму, нават шэраму дню. І калі раней яна проста хадзіла ў касьцёл, бо так прывучылі бацькі зь дзяцінства, то цяпер моліцца, як сама кажа, «іства»:

«Я нават ня памятаю, зь якога ўзросту хадзіла ў касьцёл. Я дагэтуль перакананая, што дапамагла мне мая вера. Няхай яна тады была яшчэ не асэнсаваная. Што дапамаглі мне сьветлыя сілы. Дапамог Бог. Са мной побач проста прысутнічалі анёлы. Са мной была вера. Са мной былі бацькі, якія калісьці мне гэта ўклалі.

Прырода мяне вылечыла, прырода — мой лекар. Я ўстаю з сонейкам, я зь ім размаўляю, я бачу прыгажосьць неба, я бачу прыгажосьць шэрага дня. Калі мне было дрэнна, я разумела, што ляжаць таксама дрэнна, трэба рухацца, крочыць наперад. Сонейка ўстае а 5-й, я таксама разам з сонейкам, радуюся кветачцы, лісточку. І я проста зараджаюся ад прыроды».

Сонейка ўстае а 5-й, я таксама разам з сонейкам, радуюся кветачцы, лісточку. І я проста зараджаюся ад прыроды.

Так званыя анкапацыенты павінны пастаянна праходзіць абсьледаваньне ў Бараўлянах. Калі раней яго прайсьці можна было за адзін дзень, то цяпер паўсюль чэргі, раздражнёныя хворыя, нэрвовыя лекары — у іх мала часу, і да пацыентаў яны ставяцца фармальна, распавядае Валянціна:

«Мне кажуць: прабачце, а што вы хацелі? Вам 40 гадоў. Я не хачу такое чуць. Я ж ня проста так прыйшла, я прыйшла з аналізамі і хачу пачуць,

якія лекі мне падыдуць. А яны пішуць, што я была ў іх на чарговым прыёме, каб паставіць “галачку”. І ўсё».

І яшчэ адна праблема: лекі. Так, анкалягічных хворых апэруюць і лечаць у Беларусі бясплатна, ім цягам пэўнага часу выпісваюць альбо цалкам бясплатныя, альбо льготныя лекі менавіта ад анкалягічнага захворваньня. Але гэтыя лекі б’юць па ўсім арганізьме, кажа Валянціна Ляшук:

«Пяць гадоў мне выпісвалі лекі льготныя, якія каштавалі капейкі. Але яны ўплываюць на ўсё. Таму купляла асноўны прэпарат, умоўна скажам, за 100 тысяч, а на 300 тысяч купляла падтрымку для печані, для страўніка, бо ў мяне адкрылася язва. Печань, ныркі — усё гэта садзіцца. Таму п’еш адну таблетку, а ў руцэ трымаеш яшчэ 5, каб лячыць спадарожныя хваробы. Хто сапраўды лічыць апошнія грошы, гэта проста катастрофа».

Цяпер Валянціна актыўна дапамагае жанчынам, якія трапілі ў такую самую бяду, якую яна ўжо перамагла. У Смаргоні моцная грамадзкая арганізацыя дапамогі анкалягічным хворым. Збылася яе першая мара: паставіць старэйшую дачку на ногі, даць ёй адукацыю, прафэсію:

«А для гэтага павінна быць дапамога маці, каб я дала ёй пуцёўку ў жыцьцё. І гэтая мара спраўдзілася. Муж таксама даваў такую пуцёўку ў жыцьцё. Але ён вайсковец, заўсёды на службе, у разьездах. Натуральна, ён выхоўваў

дзяцей раз на тыдзень, з гумарам. А ўсё было на плячах у мамы.

Я пачала пісаць пра тое, што ў мяне было ў жыцьці, як я праходзіла свой шлях. “Я буду жыць. Я буду здаровая. Я буду шчасьлівая. Я буду зь сям’ёй. Я буду жыць па Божых законах. Я заўсёды такая, як ёсьць. Я заўсёды мудрая жанчына. Я заўсёды здаровая. Я заўсёды бачу прыгажосьць прыроды. Я заўсёды ўпрыгожваю жыцьцё сабой. Я заўсёды вандрую, няхай нават у думках. Я заўсёды ўсьміхаюся і радуюся жыцьцю”. Калі я пачала пісаць, я ўсё пішу ў пазытыве».

Рэха

Тацяна: Малайчына жанчына! І аўтарка — вельмі жыцьцёвы і шчыры тэкст.

Ганна Маслоўская
Перамагчы дапамагла Доктар Нюша

Актрыса Рэспубліканскага тэатру беларускай драматургіі Ганна Маслоўская дзевяць гадоў таму вылечылася ад раку. Яна ўпэўненая, што рак — гэта хвароба дрэнных думак. Таму, каб перамагчы яе, трэба душу сваю настроіць на добрае. З Ганнай сустрэўся ***Алесь Дашчынскі****.*

«Ёсьць у спэктаклі “Чарнобыльская малітва” фраза “Чалавек памірае заўсёды адзін”. Цяпер гаворка не пра сьмерць. Але ў цяжкіх сытуацыях чалавек застаецца сам-насам, ён робіць нейкі выбар, прымае рашэньні. І нават, ці ёсьць нехта побач або не, гэта таксама яго рашэньне. І так атрымалася, што пасьля лякарні, пасьля таго, як хвароба сышла, са мной ніхто не размаўляў пра тое, што са мной здарылася. Бацькі неяк па-свойму гэта перажывалі — не маглі ці не хацелі. Так атрымалася, што ў тэатры таксама замаўчалі гэты факт. Паралізаваў нейкі страх. Людзі, калі ўпершыню з гэтым сутыкаюцца, ня ведаюць, як сябе паводзіць. У нас няма гэтага кодэксу паводзінаў. Кодэкс будаўнікоў камунізму быў, а тут...»

З 1994 года Ганна Маслоўская займаецца клоўнатэрапіяй у Рэспубліканскім дзіцячым анкалягічным цэнтры ў Бараўлянах. Яна супрацоўнічае са швэйцарскім фондам «Тэадора» ў Беларусі і зьяўляецца адной з заснавальніц гэтага праекту ў СНД. Ужо цягам 20 гадоў дзеці ведаюць Ганну Маслоўскую як «Доктара Нюшу». Яна прыходзіць у дзіцячыя палаты,

каб дарыць радасьць і надзею, каб дапамагчы перанесьці балючыя працэдуры. Такія дактары-клоўны павінны прайсьці падрыхтоўку: пазнаёміцца зь некаторымі азамі мэдыцыны, гігіены, псыхалёгіі. Праца ў анкацэнтры і досьвед у пэўным сэнсе дапамаглі ёй выявіць сваё захворваньне і неадкладна пачаць змагацца зь ім. Дзевяць год таму Ганна заўважыла радзімку на галёнцы, якая пачала расьці. Спачатку яна зьвярнулася да касмэтоляга.

«Яна паглядзела праз вялікую лупу і кажа, што мне трэба ісьці да анколяга. Мне гэта не спадабалася, я наогул не люблю хадзіць да лекараў, бо для мяне гэта подзьвіг. Я зайшла ў анкалягічны дыспансэр, простых людзей туды ўсіх накіроўваюць. Мне сказалі, вы павінны здаць кілямэтар аналізаў і потым запісацца праз месяц-два. Я махнула рукой. Тады я параілася са сваім калегам доктарам-клоўнам, зь якім мы тады працавалі ў дзіцячым цэнтры анкалёгіі. Ён кажа: пойдзем, пакажаш нашым дзіцячым анколягам. Пойдзем. Гэта ж пяць хвілін. Я вельмі не люблю карыстацца службовым становішчам, бо дзяцей шмат, я столькі гадоў ведаю нашых лекараў, паважаю іх працу, і было неяк няёмка. Але мой калега ўзяў за руку і прывёў. Нашы ўрачы з добрым пачуцьцём гумару. Хірург паглядзеў і кажа: “О, трэба рэзаць. Заўтра прыйдзеш”. Прыйшла. Ён паклаў мяне на стол, я ляжу, трасуся. Парэзаў,

пачыкаў. Я ў той самы дзень летам паехала да дачок на лецішча».

А праз два тыдні Ганьне патэлефанавалі з анкацэнтру і сказалі, што прыйшла яе біяпсія, аналізы дрэнныя, і ёй трэба прыехаць.

«Першая рэакцыя: я адразу ўспомніла дзетак, якія праходзілі хімію, як іх ванітавала, як ім было дрэнна. І я разумею, што гэта страх таго, што будзе дрэнна, бо я гэтага ня вытрымаю. Менавіта чамусьці я падумала пра хімію, пра ўскладненьні, якія я ня вытрымаю. Я з гэтым ужо 11 гадоў жыла і працавала. Галоўнае, чаго не вытрымліваюць дзеткі, калі пачынаюцца ўскладненьні ад лекаў, і арганізм, асабліва падлеткавы, які бурна разьвіваецца, не вытрымлівае. Я разумею свой арганізм, і ў мяне такі страх. Паплакала, а потым папрасіла некага з калег зьезьдзіць са мной на машыне. Першая рэакцыя — страх, а потым неяк хутка, напісалі накіраваньне і на наступны дзень я была ў гэтым нялюбым анкалягічным дыспансэры. Тут жа дадатковыя аналізы. Накіраваньне ў стацыянар. Дзень-два і я патрапіла ў дарослае аддзяленьне анкалёгіі. І тут другі шок, бо гэта зусім не дзіцячы цэнтар, дзе каляровыя сьцены, шмат сьвятла, усе ўсьміхаюцца. Ва ўсякім разе, калі клоўн прыходзіў, мне ўсьміхаліся. Я ўсё ж бачыла настрой, накіраваны на добрыя адносіны, ветлівасьць, усьмешку. А тут усё было інакш. Нейкі зусім іншы пах, цёмны калідор. І я падумала: тут добра паміраць, змагацца тут

дрэнна. Ня тое, што я сабралася паміраць, а тут усё вось такое. Яе называюць каралева раку — мэлянома. Трэба было выразаць яшчэ 15 сантымэтраў вакол гэтага месца. Было складана, бо потым доўга нага адмаўлялася без цягліцы, без сваёй часткі хадзіць. Але час прайшоў — я танцую, скачу, калі магу, займаюся спортам».

Жыцьцёвая пазыцыя — усьмешка. Плюс яшчэ рэфлекс. Калі нешта здараецца, у першы момант я кажу: «Усё добра». А потым мяне ўжо пачынае кілбасіць...

Праца доктарам-клоўнам у дзіцячым анкалягічным цэнтры паспрыяла таму, што ў Ганны Маслоўскай сфармавалася пэўная жыцьцёвая пазыцыя:

«Жыцьцёвая пазыцыя — усьмешка. Плюс яшчэ рэфлекс. Калі нешта здараецца, у першы момант я кажу: «Усё добра». А потым мяне ўжо пачынае кілбасіць... Калі я на працы бачу гэтых дзетак і мне дрэнна, мяне выварочвае, але я кажу вось гэта клоўнскае: «Усё добра». Часам прыходзіш, бачыш у маці вочы чырвоныя, недзе ўжо плакала або дрэнны настрой. Падтрымаеш яе, і яна неяк ізноў усьміхаецца. Настрой жа ў дзяцей у многім залежыць ад тых, хто побач зь імі».

А як паставіліся сваякі Ганны да яе хваробы, як рэагавалі, калі ёй самой неабходная

была падтрымка? Яна кажа, што гэта быў яшчэ большы шок.

«Я шмат часу падтрымлівала дзяцей, іх бацькоў, дзядуль і бабуль. І ў мяне гэта атрымлівалася. Я добра ведала, як гэта рабіць. А калі гэта здарылася са мной, тыя, хто мусіў падтрымаць, разгубіліся. Мае бацькі працуюць усе жыццё ў тэатры, людзі вельмі эмацыйныя. Мая бабуля ў свой час хварэла на рак і праз 25 год памерла ад іншай формы раку. І бацькі разгубіліся. Падтрымка — гэта не салаты, булёны, лекі. Мне не былі патрэбныя лекі, у мяне не было хіміятэрапіі. У мяне была тая форма, калі альбо выдаляецца, альбо як ёсьць. Мне пашанцавала. Проста пасьпелі зрабіць у патрэбны час. Маці ўсё прыносіла нейкія зёлкі, настойкі, яшчэ нешта. Я ўжо выпісалася зь лякарні, прайшоў год, а яна мяне ўсё лячыла ад раку. А я кажу, што ў мяне няма ўжо гэтай хваробы. Бацькі перажывалі, але не маглі даць таго, што мне было патрэбна».

У лякарні дапамагаў гумар. Ганна была настроеная на перамогу, на жыцьцё. Але яшчэ адзін шок перажыла пасьля лякарні, калі пачытала ў інтэрнэце статыстыку выжываньня пасьля мэляномы. Тым больш, што першы год трэба было праходзіць кожныя тры месяцы абсьледаваньне ў анкадыспансэры.

«І кожны раз доктар казаў: “Я ня разумею вашага аптымізму. Чаму вы так усьміхаецеся? У вас вельмі дрэннае захворваньне. Вельмі не-

бясьпечнае. У любы момант ласкава запрашаем, калі што — да нас". А я прыходжу, вось УЗІ — глядзіце, доктар. Усё лепш і лепш. Лімфавузлы робяцца меншымі. Аднойчы іду і думаю, калі ён пачне вось так зноў са мной размаўляць, то запушчу ў яго крэслам. Відаць у мяне была моцная энэргетыка ў той час, моцнае жаданьне. Увайшла ў кабінэт, у яго сядзелі студэнты-практыканты, кажу: «Вось мае аналізы». І тут ён кажа: «Калі пацыентка добра настроена на барацьбу з хваробай, бачыце, як у яе ўсё добра. І з таго часу у нас зусім іншыя адносіны сталі. Крэсла не спатрэбілася. Я ніколі сабе гэтага не дазваляла. Гэта былі мае абаронныя думкі».

Дзякуючы кнігам амэрыканкі Луізы Хэй, сярод якіх вядомая «Вылекуй сваё жыцьцё», Ганна зразумела, што трэба шукаць у сабе. Што ж ёй дапамагло адолець хваробу?

«У мяне заўсёды пыталіся: ты стала клоўнам, таму што ты такая вясёлая ці ты такая вясёлая, таму што ты стала клоўнам? Гэта цяпер складана зразумець. Дык вось назавём гэта — мой прафэсійны аптымізм, ці мой асабісты аптымізм, мой характар. І я шмат чаго ведаю пра гэтыя захворваньні, я бачу гэтых дзяцей, якія вядуць барацьбу, матуль, якія побач зь дзецьмі. Я бачу, як трэба трымацца. Потым я шмат чытала, я пачала наведваць псыхалягічныя трэнінгі... Я ня толькі прыходжу да дзяцей і іх забаўляю. Аддаю тое, што ў мяне ёсьць. А ёсьць ужо больш, чым толькі забавы і гумар.

У Ганны Маслоўскай дзьве дачкі: старэйшай Аляксандры 24 гады, малодшая Глафіра заканчвае харэаграфічны каледж, заняла першае месца на міжнародным конкурсе сучаснага балету. Ужо пасьля хваробы зьявіўся ў сям'і Ганны сын.

«Ужо больш за два гады ў мяне сын Дзімка, яму пяць гадоў. Паколькі мэлянома — гэта каралева анкалёгіі, мне давялося прыстасоўвацца да шматлікіх "нельга". А мне ўсё жыцьцё вельмі хацелася сына. Я была ўпэўнена, што ў мяне будзе трое дзяцей. І дзеці прыходзяць да нас рознымі шляхамі. Вось у мяне зьявіўся такі цудоўны хлопчык. Мы ўзялі яго з дому дзіцяці. Хто каго ўзяў, цяпер таксама неадназначнае пытаньне: ён нас абраў ці мы яго. Мой сын прыйшоў да мяне».

...рак — гэта хвароба дрэнных думак. Ёсьць сэнс задумацца, чаму гэтая хвароба прыйшла, чаму я павінна навучыцца, аб чым я павінна падумаць, каб зьмяніць нешта вакол сябе, у сабе, каб хвароба сышла.

У спэктаклі «Адвечная песьня» паводле паэмы Янкі Купалы Ганна Маслоўская грае Вясну, вобраз надзеі і аднаўленьня жыцьця. Якую параду Ганна Маслоўская можа даць тым, хто яшчэ толькі на пачатку барацьбы з ракам?

«У кожнага свой шлях. І свой шлях самы надзейны. Усё

будзе так, як захочаш ты. А для таго, каб было добра, трэба думаць пра тое, што ты хочаш перамагчы гэтую хваробу, думаць пра тое, як ты хочаш жыць далей. Намаляваць сабе такую карцінку і імкнуцца да гэтага. Трэба душу сваю настроіць на тое, каб чуць толькі добрае. Фільтраваць. Гэта цяжка. Але гэтаму трэба вучыцца, калі лічыць, што рак — гэта хвароба дрэнных думак. Ёсьць сэнс задумацца, чаму гэтая хвароба прыйшла, чаму я павінна навучыцца, аб чым я павінна падумаць, каб зьмяніць нешта вакол сябе, у сабе, каб хвароба сышла».

Рэха

r_ol: У апошні час шмат стала артыкулаў на тэму «Жыцьцё пасьля раку». Гэта слушна. Раней людзі лічылі, што рак — гэта ўжо прысуд. Такія людзі, якія распавядаюць аб сваім вопыце ў барацьбе з гэтай страшнай хваробай, робяць добрую справу. Многія задумаюцца, і верагоднасьць звароту да «лекараў», спадзяюся, паменшыцца. Здароўя ўсім нам!

Галіна Мішына

Любоў да прыгажосьці

У жыхаркі Клічава Галіны Мішынай выявілі рак страўніка ў трыццацідвухгадовым узросьце. Ад таго змрочнага для сям'і Мішыных часу мінула дзесяць гадоў. У Клічаў да Галіны Мішынай выправіўся ***Алесь Асіпцоў****.*

Адразу пасьля апэрацыі, яшчэ на бальнічным ложку, Галіна вырашыла, што як ачуняе, то закладзе ў двары свайго дома вялікі кветнік са стаўком у ім. Задуманае рабілі ўсёй сям'ёй на працягу некалькіх гадоў. Галіна прызнаецца, што ад сямейнікаў выслухоўвала нямала нараканьняў. Ёй казалі, што лепей бы яна адпачыла.

«Я не магла ні хвіліны сядзець спакойна. Мне трэба было нечым заняцца, абы ня думаць пра свае праблемы. Я заўжды марыла пра свой дом і пра тое, каб высадзіць ля яго тое, што я хачу. Кветкі цяпер мне дапамагаюць жыць. Калі мне кепска, я проста іду ў сад. І я, напэўна, чэрпаю сілу ад саду і кветак. Я ўлюблёная ў гэта ўсё. Вядома ж, каб за гэтым усім даглядаць, патрэбныя вельмі вялікія сілы, але я ня ведаю, адкуль яны ў мяне. Напэўна зьяўляюцца, бо я люблю ўсё гэта. Кожны дзень хаджу і любуюся. Чэрпаю сілы».

Да хваробы Галіна шмат працавала. Пра сваю немач даведалася выпадкова. Былі, прызнаецца, сымптомы, што падказвалі пра няладнае. Бачыла, кажа, і кепскія сны. Хатнія клопаты

і працоўная занятасьць аднак не давалі часу прыслухацца да ўласнага непакою.

«Дужа балеў страўнік, пякучка была вялікія. Я абсалютна выпадкова неяк ішла міма паліклінікі... Відаць, мне тады дапамог Бог застацца жывой... Падумалася, мо зайсьці, і калі ня будзе чаргі, то забягу да лекара. Мне чамусьці здавалася, што ў мяне ўсё кепска. Калі даведалася, то быў шок. Першаму сказала пра хваробу мужу. Потым маме. Мне тады здавалася, што калі хутчэй усё выражуць у мяне, то ўсё будзе добра. Я пайшла ў капліцу пры анкалягічным аддзяленьні і малілася, каб толькі троху пражыць і дагадаваць малых дзяцей, каб яны не засталіся сіротамі. Гэта для мяне было самае страшнае. Вось гэта, напэўна, мяне і выратавала».

Адрасы лекаваньня ў Бабруйску, Магілёве і Бараўлянах пад Менскам Галіна называе без запінкі. Згадвае добрым словам мэдыкаў, якія дапамаглі ёй адолець хваробу. У сумнеўных сытуацыях лекары, кажа жанчына, прымалі рашэньні, якія пайшлі ёй на карысьць. Гэтак яна пазьбегла балючай хіміятэрапіі. Як цяжка было пасьля апэрацыі, Галіна ня кажа, толькі адзначае:

«Настрой унутраны дужа вялікую ролю адыгрывае ў тым, што потым адбудзецца. І гэта, паверце, паўплывала на тое, што я выжыла і працягваю жыць. Вядома ж, калі еду на чарговае абсьледаваньне, то ёсьць адчува-

ньне, што здарыцца можа што заўгодна, аднак я штогод ежджу абавязкова — ня кідаю. У нашым сьвеце трэба ўсім людзям праходзіць абсьледаваньне».

Прычына хваробы, упэўнена кажа Галіна, у залішнім нэрваваньні. А ці зьмяніла, пытаю, хвароба нешта ў характары?

«У мяне заўжды быў моцны здаровы арганізм. Я ніколі ў жыцьці не хварэла. У Менску пасьля апэрацыі лекар сказаў, што мае праблемы на нэрвовай глебе. Раней я ўсё брала да галавы, як гаворыцца. Вельмі за ўсё перажывала. Сама сябе накручвала праблемамі. Пасьля апэрацыі я зусім іначай стала глядзець на жыцьцё. Цяпер я непрыемнасьці стараюся забыць. Стараюся ні на кога ня крыўдзіцца. Нікога не асуджаць. Больш спакойна жыць стала. Іншым разам сама сябе супакойваю».

Пасьля апэрацыі я зусім іначай стала глядзець на жыцьцё. Цяпер я непрыемнасьці стараюся забыць. Стараюся ні на кога ня крыўдзіцца. Нікога не асуджаць.

Раз на тыдзень у Клічаве зьбіраюцца невялікай грамадой тыя, хто перажыў анкалягічную хваробу. У гэтым асяродку анкапацыенты найлепей разумеюць адно аднаго. Галіна са скрухай прызнае, што пры вонкавай спагадзе да хворых на рак існуюць у грамадзтве і забабоны

адносна іх. Некаторыя лічаць, што іх хвароба пры шчыльных узаемінах можа перакінуцца на здаровых людзей і што сама атмасфэра вакол іх напоўненая страшнай хваробай. Такое стаўленьне мацней гуртуе анкапацыентаў.

Цяпер у Галіны дарослыя дзеці. Сын і дачка вучацца. Як і раней, Галіна вядзе актыўны лад жыцьця. З мужам любіць хадзіць у грыбы ды ягады. Балазе вакол Клічава лясы на іх багатыя. Працягвае працаваць бухгальтарам. Даглядае гаспадарку. Жыцьцё мацнейшае за хваробу.

Рэха

Юлія, Варшава: Выключна актуальная мэдыя-ініцыятыва. На тле бясконцага імкненьня зацямніць фарбы, паглыбіць жахі і так далей чалавеку цяжка не задыхнуцца ў нэгатыве, які сыходзіць са старонак СМІ. Гэты праект — файны ўзор іншага выпраменьваньня.

Люк Олнат

Я намагаўся быць шчырым і пісаць пра «цёмныя» пачуцьці

Пра хваробу калегі, рэдактара англамоўнага сайту Радыё Свабода Люка Олната ***Аляксей Знаткевіч*** *даведаўся зь ягонай старонкі ў фэйсбуку.*

Люк напісаў у сваёй звычайнай жартаўлівай манеры:

«Як некаторыя з вас ведаюць, у мяне дыягнаставалі рак кішэчніку. Не ідэальны варыянт, але больш за ўсё я шакаваны тым фактам, што мае кішкі не такія бездакорна чыстыя, як я думаў. Паколькі я крыху зашмат выстаўляю ўсё ў фэйсбуку, дык буду рэгулярна паведамляць пра свае навіны. Таму калі вы яшчэ не схавалі мяне ў сваіх стужках, цяпер напэўна вельмі добры час для гэтага. Але не адфрэнджвайце мяне. Адфрэндзіць кагосьці з ракам неяк ганебна, за гэта трапляюць у пекла. Відавочна, што ў мяне цяпер даволі паганыя часы, але мне пашанцавала мець цудоўных сяброў і сям'ю, якія мяне падтрымліваюць».

...не адфрэнджвайце мяне. Адфрэндзіць кагосьці з ракам неяк ганебна, за гэта трапляюць у пекла.

Неўзабаве пасьля таго ў Люка Олната адбылася пасьпяховая апэрацыя, а наступныя паўгода ён праходзіў курс хіміятэрапіі. Па яе выніках абсьледаваньне паказала, што хвароба адступіла.

Падчас лячэньня Люк пісаў пра розныя аспэкты хваробы на сваёй старонцы ў фэйсбуку і ў адмысловым блогу пад назвай «One Eyed Dog» (Аднавокі сабака). Такі сабака — любімая цацка яго малога сына, Томі.

«Некаторыя людзі вельмі адкрытыя наконт свайго дыягназу, некаторыя хочуць, каб гэта засталося прыватнай інфармацыяй. Я даволі адкрыты ў такіх пытаньнях і даволі актыўны ў сацыяльных мэдыях, таму для мяне гэта было натуральным рашэньнем. Я асабліва не вагаўся — толькі папярэдзіў сваякоў, каб яны пра гэта ведалі, бо я не хацеў, каб яны даведаліся пра гэта з сацыяльных мэдыяў».

Цягам лячэньня ў блогу Люка Олната зьяўляліся запісы пра тое, як ён спрабуе не спыняць заняткаў спортам, як змагаецца з прыступамі злосьці, як ягоны арганізм рэагуе на хіміятэрапію і як даводзіцца жыць з выведзенай з кішэчніку трубкай. Люк — ангелец, і я спытаўся ў яго, наколькі ў сучаснай ангельскай культуры распаўсюджаная такая адкрытасьць сярод хворых на рак і ці даводзілася яму ў сваім блогу пазьбягаць нейкіх тэмаў.

«Я думаю, што людзі сталі больш адкрытымі і больш арганізаванымі. Сацыяльныя мэдыі ў гэтым дапамаглі — ёсьць інтэрнэт-форумы, групы ракавых пацыентаў у твітэры, на фэйсбуку. Гэта дае магчымасьць людзям абмяркоўваць свае хваробы між сабой, а ня толькі размаўляць пра іх з дактарамі. Я ня думаю,

што я займаўся нейкай самацэнзурай. Калі ў цябе рак, бываюць жахлівыя пачуцьці, якім ня хочацца дзяліцца зь людзьмі, і зьяўляецца тэндэнцыя, так бы мовіць, «захоўваць усьмешку». Але ў сваіх блогах я намагаўся быць шчырым і пісаць пра свае «цёмныя» пачуцьці. Мне здаецца, людзі гэта добра ўспрымалі. Ёсьць шмат блогаў ракавых пацыентаў у гэткай шчасьліва-ружовай стылістыцы. Людзі пішуць пра рак як падарунак і пра тое, як ён зьмяніў іх жыцьцё да лепшага. У мяне не было такіх пачуцьцяў, і мне здаецца, што іх няма ў большасьці хворых на рак. Я ня маю нічога супраць такога падыходу, але гэта не была мая рэальнасьць, гэта не было тое, праз што праходзіў я. Таму мне часта пісалі: Дзякуй, мне спадабаўся ваш блог, бо я сябе адчуваю гэтак жа».

На апэрацыю ён паехаў з Чэхіі на радзіму, у Вялікабрытанію, тамсама праходзіў і хіміятэрапію.

«Галоўная прычына, чаму я паехаў лячыцца ў Брытанію — гэта мова, бо так для мяне было прасьцей камунікаваць. Для майго дыягназу ў гэтай стадыі хваробы я б атрымаў у Чэхіі абсалютна той самы курс хіміятэрапіі. Адзіная розьніца ў камунікацыі».

Люк Олнат мае міжнародную прыватную мэдычную страхоўку. Ці атрымаў бы брытанец без такой страхоўкі аднолькавыя зь ім магчымасьці для лячэньня?

«У Брытаніі зьмяшаная мэдычная сыстэма — мой хірург і анколяг на 95 працэнтаў працавалі ў межах дзяржаўнай сыстэмы — Нацыянальнай сыстэмы аховы здароўя. Мая прыватная страхоўка не давала нейкіх перавагаў у лячэньні, але былі дадатковыя магчымасьці — асобная палата, больш увагі мэдсёстраў, бо ў гэтым выпадку на мэдсястру прыпадае меней пацыентаў. Мэдыкамэнты і хірургічнае лячэньне не зьмяніліся б, калі б у мяне не было прыватнай страхоўкі. У маім выпадку была патрэбная тэрміновая апэрацыя, бо пухліна блякавала кішэчнік, таму тэрміны апэрацыі не залежалі ад страхоўкі. У дзяржаўнай сыстэме, аднак, ёсьць чэргі на лячэньне, якое ня лічыцца тэрміновым. Калі б я, напрыклад, ня меў ніякіх сымптомаў, а проста прафіляктычна хацеў зрабіць дасьледаваньне кішэчніку з дапамогай гібкай оптыкі [зонд кішэчніку], дык давялося б чакаць 3-4 месяцы».

Што было найбольш цяжкім досьведам падчас доўгага курсу лячэньня?

«Самым цяжкім напэўна быў эмацыйны бок — адчуваць, што хвароба пагражае твайму жыцьцю. Пасьля апэрацыі мне трэба даволі доўгі час жыць са спэцыяльным мяшэчкам, у які выведзеная трубка з кішэчнікау. Гэта даволі нязручна, але эмацыйныя складанасьці напэўна важнейшыя за фізычныя».

Некалькі гадоў таму ў бацькі Люка Олната ва ўзросьце 67 гадоў знайшлі пухліну ў мозгу. Ён

памёр праз некалькі месяцаў. Пра яго апошнія месяцы жыцьця і пра гісторыю сваіх адносінаў з бацькам Люк напісаў кнігу «Unspoken» (Нявымаўленае), якая выйшла ў электронным выглядзе якраз прыблізна ў той час, калі яму самому паставілі дыягназ. Яго ўласны сын, Томі, мае толькі два гады ўзросту, і падчас курсу лячэньня яму проста тлумачылі, што тата ў ад'езьдзе. Пытаюся ў Люка, як рэагавалі на весткі пра ягоны дыягназ сваякі і знаёмыя.

«Некаторыя рэакцыі былі вельмі добрыя і паказалі, наколькі ў мяне цудоўныя прыяцелі. Некаторыя рэакцыі былі не настолькі добрыя. Мне здаецца, што сутыкненьне з ракам прымушае людзей нэрвавацца. І калі ў твайго прыяцеля дыягназ «рак», людзі адчуваюць сябе неабароненымі і, магчыма, хвалююцца за сябе. Таму некаторыя з маіх прыяцеляў не хацелі пра гэта чуць, не хацелі пра гэта ведаць і фактычна рабілі выгляд, што гэтага няма, і мне часам было цяжка гэта ўспрымаць».

...сутыкненьне з ракам прымушае людзей нэрвавацца. І калі ў твайго прыяцеля дыягназ «рак», людзі адчуваюць сябе неабароненымі і, магчыма, хвалююцца за сябе.

Адзін з запісаў у блогу Люка Олната меў назву «Правільны варыянт дзяленьня клетак» — у ім ён расказаў, што ягоная жонка, Маркета, ча-

кае другое дзіця, і напісаў пра радасьці і страхі, зьвязаныя з бацькоўствам у ягонай сытуацыі. Ці было гэта сьвядомае рашэньне — мець яшчэ адно дзіця?

«Я нават сам да канца ня ведаю адказу на гэтае пытаньне. Шмат у чым, так, гэта было сьвядомае рашэньне. Мы не казалі «Давай паспрабуем зрабіць дзіця», але напэўна з-за майго дыягназу мы не засьцерагаліся так, як звычайна. Так, у гэтым быў намер стварыць новае жыцьцё».

6 студзеня 2014 году жонка Люка Олната, Маркета нарадзіла другога сына, Дэніэла.

Рэха

Makswit: Каханьне — вялікае шчасьце, гэта плыт, які трымае нас на бязьмежнай прасторы жыцьця. Я нават удакладніў бы, што ня толькі каханьне, але наогул любоў зьяўляецца той крыніцай, якая захоўвае нашае жыцьцё.

Аляксандар Паляшчук
Я мусіў памерці тры гады таму

Захварэўшы ў 23 гады на анкалягічную хваробу і перажыўшы перасадку касьцявога мозгу, мянчук Аляксандар Паляшчук вярнуўся ў звычайнае жыцьцё. Сашу цяпер 28 гадоў, хаця выглядае ён, падаецца, значна маладзей. Працуе эканамістам у камэрцыйным банку, слухае шмат сур'ёзнай музыкі і калекцыянуе згубленыя пальчаткі. З Аляксандрам Палешчуком сустрэлася ***Аляксандра Дынько****.*

У ягоным пакоі партрэт Леніна, «папёрты» зь нейкай установы, суседнічае з наваарочаным кампутарам і старымі вясковымі жбанамі.

Саша ўсьмешлівы, ветлівы і далікатны. Саша вельмі моцны.

«Я павінен быў памерці тры гады таму. Мне нічога не дапамагала. Мэтастазы пайшлі ў косткі. Але пасьля хіміятэрапіі я ўжо атрымаў паказаньне да трансплянтацыі. Трапіў у дзявяты шпіталь. Там мне зрабілі апэрацыю па перасадцы касьцявога мозгу ад самога сябе».

Калі пяць год таму ў Сашы доўга трымалася невысокая тэмпэратура і балела сьпіна, у найгоршае ніхто ня верыў.

«Тэмпэратура — усяго толькі 37, пот уначы і татальная стомленасьць. Потым лекар табе кажа: "хопіць ужо тут хварэць". Закрывае бальнічны, і ты ідзеш на працу. А пасьля ходзіш у туалет, каб шпуляць сабе ўколы з абязбольваючымі. Мне тады сьпіна надта балела. Болі ад аўтаімуннай паразы пазванкоў падобныя

да радыкуліту. Чатыры месяцы ніхто не разумеў, што са мной. І гэта час, за які хвароба прагрэсавала».

Пасьля адзін з дактароў знайшоў у Сашы пухліну вілачкавай залозы. Зрабілі апэрацыю, апраменьваньне, хіміятэрапію: «Я нават ня ведаў, што ёсьць такі орган. Залоза гэтая выбракоўвае дрэнныя лімфацыты. Тады ўжо ўздыхнулі — хоць нейкі вынік».

Самае першае, з чаго Саша пачынае размову пра сябе, гэта: «Мне пашчасьціла хварэць у Беларусі». Ён пераконвае, што анкалягічнае лячэньне ў нас пастаўленае вельмі добра. Найгоршае — гэта дыягностыка.

Мне пашчасьціла хварэць у Беларусі.

«Мне адразу паставілі неадэкватную стадыю — другую. А трэба было ставіць чацьвёртую, бо ў мяне былі мэтастазы ў хрыбет, таму трэба было абіраць больш моцнае лячэньне».

Кажа, што на кампутарную тамаграфію можна прастаяць у чарзе па паўгода. А яшчэ ў Беларусі няма такога мэтаду дасьледаваньня, як пазітронна-эмісійная тамаграфія. Яна даступная ў Расеі. Ня надта абазнаныя беларусы, жадаючы трапіць на такую дыягностыку, часта робяцца ахвярамі махляроў. Так здарылася і з Сашам.

«Недалёка ад Санкт-Пецярбургу ёсьць радыялягічны інстытут, дзе такое дасьледава-

ньне праводзіцца. Запісваюць яны бясплатна па тэлефоне. І вось некаторыя фірмы прапануюць паслугі рэгістрацыі за 200-400 даляраў. І мяне так падманулі».

Здаецца, Саша стараўся зразумець усё пра сваю хваробу і яе лячэньне. Шмат чаму давялося вучыцца, прызнаецца ён. Але папярэджвае — у інтэрнэце пра сваю хваробу чытаць ня трэба. І па форумах ня варта хадзіць, каб атрымаць нейкую параду. На ягоных вачах гінулі людзі, якія давяралі мэдыцыне меней за ўсе іншыя даступныя спосабы.

«Калі я праходзіў хіміятэрапію як падрыхтоўку да трансплянтацыі, са мной ляжаў хлапец з Украіны. Ён пэўна быў баптыст і ўсё чытаў Біблію. Калі яму паставілі анкалёгію крыві, то ён паехаў у сваю вёску чытаць малітвы. Лічыў, што можа духоўнымі сродкамі адолець хваробу. Але потым вярнуўся. І на жаль, яго цяпер няма ў жыцьці. Засталося двое дзетак».

Пайсьці па «бабках» Сашу раілі ад самага пачатку. Кажа, што давялося нават сварыцца з бацькамі, якія верылі, што можна вылечыцца знахарствам. Такіх «вернікаў» Саша бачыў шмат.

«Вельмі тыповая сытуацыя з жанчынамі. Яна разумее, што ў яе рак, едзе да лекара. І калі кажуць, што трэба выдаляць ці цалкам, ці нейкую частку грудзі, то яна палохаецца — і едзе чытаць малітвы і піць нейкія зёлкі. Гэта вельмі тыпова, калі жанчына вяртаецца ў шпіталь,

калі ўжо выратаваць яе немагчыма, а ідзецца толькі пра тое, каб працягнуць жыццё на месяц-два».

Саша — перакананы атэіст і верыць у мэдыцыну.

«Чалавек праходзіць апраменьваньне, хіміятэрапію, а потым кажа: мне Бог дапамог. Гэта няўдзячнасьць да лекараў, — абураецца ён. — Для мяне дык проста абсурдна. Шмат людзей кажуць: ты ня верыш у Бога, табе будзе складана паміраць. А што гэта значыць? Мне адказваюць: «Я вось буду паміраць і скажу, што аддаю сваё цела ў рукі Бога. А ты што скажаш?» Гэта нешта ірацыянальнае, я гэтага не разумею».

Саша кажа, што не заўжды верыў, што вылечыцца, але рабіў усё, што казалі дактары.

«Я дакладна ведаў, што магу памерці. Ня слухаў пра бабак-знахарак. Толькі да навукі трэба зьвяртацца ў такіх выпадках», — перакананы ён.

Лячыцца было вельмі няпроста. Асабліва хіміятэрапія — гэта доўга і вельмі пакутліва. Дэпрэсія насьцігае амаль адразу, — кажа Саша. Некаторыя не вытрымліваюць, таму ў аддзяленьнях хіміятэрапіі можа ня быць зашчапак у туалетах, а на вокнах краты.

«Я сам пытаўся, чаму краты на вокнах. А мне кажуць: жанчына адна ня вытрымала і сiганула зь дзявятага паверху. Статыстыка па такіх самагубствах хаваецца, але яны ёсьць», — распавядае хлопец.

Што сапраўды нядобра ў Беларусі, мяркуе Саша — складана атрымаць наркатычнае абязбольваньне.

«Мяне пяць гадзінаў аднойчы ванітавала. Я зрабіў некалькі зацяжак канапель — і гэта цуд проста! Ваніты адышлі цалкам, і зьявіўся апэтыт. Бо няма лекаў, якія дапамагаюць у гэтых выпадках. А ў ЗША, напрыклад, якраз таму і дазволена курыць каноплі».

Усё Сашава лячэньне ў Беларусі было бясплатнае. Улучна з трансплянтацыяй касьцявога мозгу. Ён кажа, што калі б 20 гадоў таму захварэў, то можа і не дапамаглі б. А так трансплянтацыю зрабілі ў Менску. За мяжой яна каштавала б ад 50 да 100 тысяч эўра.

«Спачатку праводзяць вельмі моцную хіміятэрапію, у выніку якой касьцявы мозг гіне на сто працэнтаў. А потым ідзе пераліваньне крыві, якая была ўзятая ад мяне па выніках хіміятэрапіі. Там адмысловыя камлёвыя клеткі, кроў заліваецца ў крывацёк, клеткі гэтыя засяляюцца ў касьцях і цалкам аднаўляецца кроваўтварэньне. Таму анкалягічныя клеткі гінуць і замест іх утвараюцца новыя», — тлумачыць ён тое, праз што давялося прайсьці.

Саша просіць, каб згадалі ягоную доктарку Мілановіч Натальлю Феадосеўну — загадчыцу аддзяленьня трансплянтацыі гарадзкой 9-й бальніцы.

«Яна — першы чалавек у краіне па анкалёгіі крыві, па трансплянтацыі камлёвых клетак, —

кажа ён. — Яна, дарэчы, упэўненая, што няма ніякай сувязі паміж Чарнобыльскай аварыяй і распаўсюджаньнем анкалягічных хваробаў крыві па тэрыторыі краінаў СНД. Пэўна, што рак на дадзеным этапе лічыцца нечым кшталту генэтычных мутацыяў, якія назапасіліся ў нашым генатыпе з-за таго, што няма натуральнага адбору. Тыя, хто вылечваецца ад анкалягічнай хваробы, свой генатып перададуць сваім дзеткам».

Калі вы хворы, вам трэба стасавацца са здаровымі. Ня трэба гуртавацца на падставе сваёй хваробы.

Таму цяпер ён дзяцей заводзіць баіцца. Распавядае пра хлопца, якога сустрэў у бальніцы: «Ягоны бацька меў такую самую хваробу, як ён і як я. Але бацька ў 25 гадоў здолеў яе адолець, а сын у 25 гадоў ад той самай хваробы памёр. Гэта не статыстыка, канечне, але замалёўка такая. Але дзетак я цяпер баяўся б заводзіць».

Саша кажа, што хвароба яго зьмяніла. Грошы, тлумачыць ён, нічога ня вартыя. «Для мяне галоўныя каштоўнасьці — любоў, музыка, добрыя стасункі з бацькамі. Грошы ж з сабой не забярэш».

Тое, што давялося перажыць, Саша не хавае, але і ня надта высоўвае наперад. Не хвароба вызначае яго ў жыцьці. Праўда, прызнае, што

на некаторыя ягоныя паводзіны зь людзьмі досьвед усё ж узьдзейнічае:

«Калі вы хворы, вам трэба стасавацца са здаровымі. Ня трэба гуртавацца на падставе сваёй хваробы, — кажа хлопец. — Ня трэба ўтвараць суполкі Вконтакте для анкалягічна хворых. Утварыце суполку тых, хто любіць клясычную музыку, кансалідуйцеся на падставе нацыянальнай сьвядомасьці. Хвароба — гэта толькі этап, выпрабаваньне. А арыентавацца ў жыцьці трэба на здаровых».

Рэха

RVS, Менск: Сашка, ты — лепшы! Здароўя табе і шчасьця!

SR: Сашачка, жыві ў радасьці! Мы цябе любім, будзь здаровенькім, ты круты!

Вадзім Александровіч, Менск: Дзякуй за шчырасьць.

AS, Прага: Я рады, што сустрэў цябе

Натальля Саматыя

Боль забываецца

Выпадковы візыт да доктара абярнуўся анкалягічным дыягназам, які большасьць лічыць прысудам. Прайшло пяць гадоў — Натальля зноў працуе ў школе, а свой «зарад адрэналіну» атрымлівае на канцэртах Джэтра Тал і Мэрыліна Мэнсана. З Натальляй Саматыя сустрэлася ***Аляксандра Дынько****.*

Натальля Саматыя з таго кшталту жанчынаў, пра якіх кажуць «эфэктная». Яна карэнная мянчучка, скончыла «іньяз». Раней выкладала ў школе замежную мову, а цяпер працуе сацыяльным пэдагогам. Сама атрымала дадатковую адукацыю і не шкадуе, бо кажа, што школе вельмі патрэбныя людзі, якія могуць ня толькі загадваць і прыдумляць пакараньні, але і тыя, хто здольны зразумець дзяцей і бацькоў.

«Пяць гадоў таму, — апавядае Натальля, — я была поўная жыцьця, актыўная і абсалютна здаровая жанчына».

Калі пасьля выпадкова зробленага дасьледаваньня выявілася, што ў яе анкалягічная хвароба, паверыць было проста немагчыма. Ультрагукавое дасьледаваньне шчытападобнай залозы яна пайшла рабіць «за кампанію» ў дыягнастычны цэнтар. Па выніках яе папрасілі зрабіць біяпсію. Праз два тыдні жыцьцё стала іншым:

«Муж мне на працу прывёз паперу, што ў мяне рак шчытападобнай залозы і яго трэба тэрмінова апэраваць. Я пайшла тады ў сусед-

ні кабінэт да нашага дырэктара і кажу яму: “У мяне рак”. А ён глядзіць на мяне як на вар’ятку і кажа: “Наташа, ты што, ашалела?!”»

Праўда, пра праблемы з залозай Натальлі казалі яшчэ ў яе паліклініцы. «Але ведаеце, да эндакрыноляга трапіць — гэта цуд проста, такія чэргі. Казалі, што праблемы ёсьць, але ніхто мне не прапаноўваў ніякіх дасьледаваньняў, ніхто не казаў, што гэта можа быць так сур’ёзна».

Калі я трапіла ў шпіталь і пабачыла, як людзям там цяжка і як шмат там хворых, то я стала ўжо ім дапамагаць. Тут, у сваім доме, я была такая слабая, а там я стала моцнай.

Натальля апавядае, што было вельмі страшна. Кажа, што прыйшла дахаты, проста лягла на канапу і не ўставала дзесяць дзён. Плакала і спрабавала зразумець, што гэта такое і чаму гэта здарылася зь ёй. Не зразумела.

«Лягчэй мне стала ўжо ў шпіталі. Калі я трапіла ў шпіталь і пабачыла, як людзям там цяжка і як шмат там хворых, то я стала ўжо ім дапамагаць. Тут, у сваім доме, я была такая слабая, а там я стала моцнай. Я адразу зразумела, што гэта мая дапамога патрэбная, а не мне».

Падчас размовы Натальля шмат разоў плача ці можа нават не перастае плакаць. Кажа, што

помніць свой страх. Асабліва перад апэрацыяй:

«У дзень апэрацыі хірург ідзе па ўсіх палатах, і ў яго ў руках чорны флямастэр. І вось гэтым флямастэрам ён крэсьліць табе на целе лінію, дзе будуць апэраваць. І ты ведаеш, што праз гадзіну-дзьве ты пойдзеш. Чакаеш, каталкі з апэрацыйнай і ў апэрацыйную вязуць перад табою па калідоры. Гэта ўсё я памятаю вельмі добра. А боль забываецца», — кажа яна.

Падчас апэрацыі Натальлі выдалілі шчытападобную залозу, парашчытападобную залозу і 26 пар лімфатычных вузлоў. Цяпер гэтыя падрабязнасьці — частка яе біяграфіі.

Яна ўдзячная беларускім дактарам. Упэўненая, што ў шпіталі ўсё зрабілі так, як трэба, і стаўленьне ўсіх да яе і іншых хворых было вельмі добрым.

У хваробе Натальля не шукала ні Бога, ні альтэрнатыўнай мэдыцыны. Вярнулася на працу як найхутчэй. Калі мы, як звычайна, запыталіся, ці можа Натальля меркаваць, што стала прычынай яе хваробы, яна ўпэўнена адказвае: «Чарнобыль!»

«Ніхто з маіх сваякоў ніколі не хварэў на рак, — кажа яна. — І ведаеце, у нас яшчэ шмат старажылаў у сям'і. Крыўдна, што лічыцца, нібыта ты мог атрымаць гэтую дозу ў Гомельскай вобласьці. А я ўвесь час жыла ў Менску. У мяне не было перадумоваў, каб я набрала такую

колькасьць радыяцыі, каб раптам у мяне ўзьнік рак шчытападобнай залозы».

Пасьля апэрацыі далі трэцюю групу інваліднасьці. «Калі зьбіралася камісія па інваліднасьці, у мяне спыталі: ці я была ў Гомельскай вобласьці, і я сказала: не. Мне далі трэцюю групу».

Праўда, Натальля кажа, што і перад камісіяй заявіла: «Я хачу і буду працаваць, бо хачу жыць».

Я хачу і буду працаваць, бо хачу жыць.

У гэтай патрэбе працы ня толькі прага жыцьця і настойлівасьць характару Натальлі. Трэцяя група інваліднасьці не дае ёй аніякіх ільготаў. А здароўе пасьля перанесенай хваробы патрабуе штодзённага клопату.

«За гэтыя гады стан усіх органаў настолькі пагаршаецца, што іх трэба ўвесь час падтрымліваць. Я іду да дактароў — і мне выпісваюць такую колькасьць лекаў: для сэрца, для нырак, для пячонкі. Для ўсяго! Я першы час хадзіла і купляла. Але ў мяне няма такіх грошай, каб усё купіць. І ніякай дапамогі ад дзяржавы няма».

Мы пытаемся, колькі грошай траціцца на лекі, і атрымліваем балючы адказ:

«Я цяпер іх проста не купляю! Апроч тых, што трэба, каб падтрымліваць абмен рэчываў».

Няма ў Натальлі і грошай, каб паправіць здароўе ў самым простым беларускім санаторыі. Прасіць дапамогі ў дарослых дзяцей, якія жывуць сваім жыцьцём, яна ня хоча. Дзяцей у яе двое, нядаўна нарадзіўся ўнук. Любоў да іх, кажа Натальля, гэта аснова яе жыцьця: «І, ведаеце, мае дзеці і я сама, мы ня ўчэпістыя да шкадаваньня. Я ніколі не хацела, каб яны бачылі, што мне цяжка, бачылі маю дэпрэсію.

Я думаю, што я перамагла, бо я моцная. Я хачу ўсім сказаць, хто хварэе: калі вы любіце гэтае жыцьцё, хочаце яго вярнуць, — змагайцеся за яго».

Вось дзеці робяць ёй самыя дарагія падарункі — квіткі на музычныя канцэрты. Натальля кажа, што сапраўды шалее ад добрай музыкі, і паказвае сапраўдны стос квіткоў з апошніх найлепшых менскіх канцэртаў. Мы пасьпяваем заўважыць сярод іх квіткі на Джэтра Тал, Мэрыліна Мэнсана і Рамштайн. «Любы канцэрт — гэта зарад адрэналіну», — тлумачыць Натальля.

«Мне цікавае ўсё: музыка, мастацтва, палітыка, геаграфія. Я не абыякавая — гэта самае галоўнае! І ведаеце, гэта трэба выхоўваць. Я вось пэўная, што ў сваіх дзецях гэта выхавала», — такі жыцьцёвы рэцэпт ад Натальлі Саматыі.

Рэха

fx2012: Доўгіх гадоў Вам, Натальля Мікалаеўна! Вашы вучні 218 школы заўсёды Вам удзячныя будуць!

stasyata: Мой самы любімы настаўнік. І проста цудоўная жанчына! Натальля Мікалаеўна, Вы заўсёды былі моцная і нязломная, упэўненая, Вам гэта дапаможа і далей! Здароўя і шчасьця Вам.

Галіна Старповіч

Муж ня даў мне памерці

Жыхарка Клічава Галіна Старповіч даведалася пра анкалягічнае захворваньне ў 2004 годзе. У яе выявілі лімфому Ходжкіна. За два гады лекаваньня жанчына перанесла некалькі сэансаў хіміятэрапіі, перасадку камлёвых клетак ды спраўдзіла трываласьць пачуцьцяў каханага чалавека. У Клічаў да Галіны Старповіч выправіўся ***Алесь Асіпцоў****.*

З Галінай Міхайлаўнай гутару ў яе доме — у гасьцёўні. Пакой дагледжаны і ўтульны. Унучка глядзіць па тэлевізары мульцікі. Зарумзаная. Хварэе на ангіну. Дарослыя не даюць марозіва. Бабуля разрываецца між нельга і можна. Тлумачыць, што ўнучцы зрабілі ўкол. Малое не сунімаецца і свайго ўрэшце дамагаецца. Слодыч ёй выклалі на сподачак, і невялікімі кавалкамі яна яго есьць.

Галіна Міхайлаўна тым часам апавядае пра дзьвюх дачок, пра яшчэ аднаго ўнука, пра іхныя жыцьцёвыя посьпехі й няўдачы ды пра свае перажываньні аб іх. Кажа пра мужа Міхаіла і пра сябе.

Нарадзілася спадарыня Галіна ў Глускім раёне ў шматдзетнай сям'і ў 1963 годзе. Школу скончыла на выдатна. За ёй — мэдычную вучэльню. У Клічаў трапіла па разьмеркаваньні. У раённай станцыі хуткай дапамогі адпрацавала 25 гадоў.

Якою, пытаю, была рэакцыя, калі даведаліся пра хваробу?

«Жыць моцна хацелася. Калі даведалася, была моцная гістэрыка. Я плакала. Запытвала ўва ўсіх: «Чаму я? Я ж людзям дапамагала! Чаму Бог мяне так пакараў?» Мяне ж людзі ў раёне ведалі. Паважалі. Гэтак было крыўдна! Галоўная доктарка наша мне так адказала: «Міхайлаўна — для добрага чалавека Бог дае гэтак выпрабаваньне, а для кепскага пакараньне. Вось, кажа, табе Бог дае выпрабаваньне і не табе адной. Гэта выпрабаваньне табе і Міхаілу твайму». Гэта было пацьверджаньне пачуцьцяў. Хаця тады ня думалася пра каханьне. Потым гэта стала зразумела».

Першы шлюб у Галіны Міхайлаўны выдаўся няўдалым. Разьвядзёнкай яна пазнаёмілася зь цяперашнім мужам. Калі выявілі пухліну, прасіла, каб ён кінуў яе. Міхаіл жончыны довады не прыняў і застаўся ля яе. Пра мужаў клопат жанчына кажа захоплена і ўдзячна:

«Я яму сама прапанавала: «Навошта табе?». Я ж не магла ведаць, што са мной будзе. У нас жа як: «Анкалёгія — значыць усё, канец». Ён адмовіўся катэгарычна. Ён вельмі моцна перажываў за мяне. Пасьля апэрацыі, калі мяне прывезьлі сюды, я не магла падняцца з канапы. Ён мяне і падымаў і садзіў. Ён мяне карміў. Ён настолькі перажываў, што схуднеў. Я гэта ўсё бачыла. Я тады падумала: «Божа мой, я вось памру, але ж я толькі жыць пачала з добрым чалавекам». Дзеці... Маша мая тады вучылася

на чацьвёртым курсе. Трэба было ёй сканчаць вучобу. Думаю — такога ж ня можа быць...»

Лячэньне хваробы зацягнулася на некалькі гадоў. Міхаіл шмат працаваў, каб адолець безграшоўе. Калі хвароба адступіла, Галіна і Міхаіл расьпісаліся. На афіцыйным афармленьні адносінаў настаяў Міхаіл:

...у людзей, зь якімі ляжала ў Магілёве, надыходзіла дэпрэсія. А ён мне не даваў да гэтага набліжацца. Нават дзеля гэтага ўсяго жыць хацелася.

«Нягледзячы на тое, што ў мяне была тая хвароба і невядома яшчэ, што наперадзе, ён мяне сам прымусіў паехаць у той ЗАГС. Расьпісаліся ў ЗАГСе ўрачыста пад вальс Мэндэльсона. Я ніколі ня думала, што ў мае гады такое можа здарыцца. Паехалі, пярсьцёнкі купілі ў Бабруйску. Я бачыла, як у людзей, зь якімі ляжала ў Магілёве, надыходзіла дэпрэсія. А ён мне не даваў да гэтага набліжацца. Нават дзеля гэтага ўсяго жыць хацелася».

Фразу «Трэба жыць» спадарыня Галіна ў аповедзе ўжывае гэтулькі часта як і словы сям’я, дзеці, падтрымка:

«У мяне ёсьць каму падтрымліваць. Дзеці. Асабліва. Вось Маша кажа: «Бабуля Галя, што ты сабе думаеш — ты ж падумай пра тое, што ў цябе расьце ўнучка Крысьціна і табе трэба яе выдаць замуж». І зяць у мяне добры.

Як жа тут ня жыць? Жыць трэба. Вера блізкіх маіх, якія верылі, стараліся, перажывалі за мяне, гэта штурхала, што ня варта расслабляцца. Трэба было насамрэч цягнуць сябе да апошняга, што трэба жыць дзеля гэтага ўсяго».

Пра лекаваньне ў бальніцах Галіна Міхайлаўна стараецца ўсё ж казаць добрае. Не хавае аднак, што там хапае недагляду і няўвагі да пацыентаў. Згадвае прыклады ўзаемападтрымкі хворых ды парады мэдыкаў:

«Зрабілі мне «хімію», а яно так кепска — ванітуе. Есьці ня хочацца. Сяджу ў сталоўцы, а адна жанчына мне і кажа: «Дзетачка еж, трэба есьці». Празь сілу прымушала сябе есьці, хаця яно ня лезла. На высакадознай «хіміі» таксама было вельмі цяжка. Лекарка прыйшла да мяне і кажа: «Вам трэба жыць. У вас дачка інвалід. У вас унук, якога варта падымаць. Патрымайце вы яшчэ крыху». Прымушалі мяне. Дапамагалі мне напэўна вось такімі момантамі, хаця я думала, што мяне ўперад нагамі прывязуць з той высакадознай «хіміі»».

За час хваробы, кажа спадарыня Галіна, шмат што перадумалася. Тое, што раней здавалася неістотным, стала вельмі важным. Цяпер ёй хочацца пасьпець многае, што адкладала і што здавалася другасным. Цана жыцьця ўзрасла неймаверна. Галіна Міхайлаўна вымушана пайшла на пэнсію. Кажа, што сумуе па сваёй «Хуткай дапамозе» і калегам, якія дапамагалі ёй таксама перамагчы хваробу.

«Я абавязаная жыць — разумееце. Дзеля ўсіх іх я павінна жыць. Ня трэба зацыкліваецца на той думцы, што ў цябе анкалягічная хвароба. Проста жыві», кажа на заканчэньне гутаркі Галіна Старповіч.

Галіна Старповіч — заўсёдніца на сустрэчах клічаўскай суполкі ўзаемадапамогі і псыхалягічнай падтрымкі анкапацыентаў. У ёй зьбіраюцца тыя, чый шлях заступіла анкалягічная хвароба, і насуперак страшнаму дыягназу яны ведаюць, каб адолець хваробу — трэба жыць.

Рэха

Людміла, Клічаў: Ведаю гэтую жанчыну — Галіну Старповіч. Моцная, стойкая, добразычлівая. Здароўя ёй і ўсёй яе сям'і. І дзякуй за словы: «Ня трэба зацыкліваецца на той думцы, што ў цябе анкалягічная хвароба. Проста жыві!» Гэтыя словы можна лічыць лёзунгам для анкапацыентаў.

Rabota-ne-volk: Шчасьця Вам і здароўя! Муж аказаўся сапраўды Чалавекам ў дадзенай сытуацыі, ня часта цяпер такое сустрэнеш.

Натальля Сыравегіна
Цяпер гэта вылечваецца

*Натальля Сыравегіна жыве ў Менску. Яна — інжынэр-канструктар Менскага заводу халадзільнікаў «Атлянт». Паводле другой адукацыі яшчэ і псыхоляг. Замужам, мае двух сыноў — 20 і 14 гадоў. Захапленьні — танцы, ёга, кулінарыя. Зь ёй пагутарыла **Іна Студзінская**.*

З Натальляй мы сустрэліся пасьля працы. Пайшлі ў кавярню. Размаўляем за шклянкай вельмі смачнага і карыснага сьвежавыціснутага соку з морквы, яблыкаў і сельдэрэю...

Два гады таму ў 42 гады Натальля даведалася пра анкалягічнае захворваньне. Нельга сказаць, што хвароба была прагназаваная — заўсёды ж чалавек спадзяецца на лепшае. Але... Вось што распавяла Натальля:

«8 гадоў таму праапэравалі маю маці. У яе была такая самая паталёгія правай малочнай залозы. Таму я вельмі сачыла за сваім здароўем, кожны месяц сама праводзіла абсьледаваньні, у лекараў бывала, рабіла УЗІ. Сваю хваробу я знайшла сама ў сябе, проста намацала ў сябе зацьвярдзеласьць, пабегла па лекарах. Абсьледаваньне не паказала нічога дрэннага. Але падазрэньні ў лекараў былі...»

То бок калі Натальля пайшла ў Менскі гарадзкі анкалягічны дыспансэр, яна ня ведала пра канчатковы дыягназ — што пухліна аказалася злаякаснай. Гэта высьветлілася на апэрацыйным стале. Таму лекары мусілі зрабіць больш маштабную апэрацыю. Як яна праходзіла, На-

тальля ня памятае. І да такога радыкальнага выніку была маральна не падрыхтаваная. Калі выйшла з наркозу і апынулася ў палаце, спачатку быў шок...

«Мне потым суседзі па палаце распавядалі, што ў мяне была гістэрыка. А потым гэта прайшло, я крыху супакоілася, бо ўсе вакол былі такія самыя. Ёсьць і зусім маладзенькія дзяўчаты, якіх таксама праапэравалі. Ніхто ня плача, ніхто не ўпадае ў гістэрыку альбо дэпрэсію, усе настроеныя пазытыўна... У шпіталі не было момантаў, калі на душы цяжка. Мы падтрымлівалі адна адну, размаўлялі, жартаваць спрабавалі, сьмяяліся, радаваліся дробязям. Да таго ж у мяне перад вачыма быў прыклад маёй маці, у якой усё даволі пасьпяхова скончылася».

Лекуючыся ў анкадыспансэры, Натальля адчувала сябе даволі спакойна, праходзіла этап за этапам, была ў цесным кантакце зь лекарамі, дакладна выконвала ўсе іх прызначэньні. Ніякага страху не было. На маё пытаньне, чаго не хапае дактарам, каб пасьпяхова лячыць анкалягічных хворых, Натальля адказала так:

«Часу ім не хапае на нас, часу. Нават проста паразмаўляць, патлумачыць, што адбываецца, якія могуць быць наступствы... А прэпаратаў хапае, хірургічнае ўмяшаньне зрабілі як трэба. Рэабілітацыйны пэрыяд у мяне быў даволі кароткі, я даволі хутка аднавілася. Хімію я прайшла, апраменьваньне — усё, што яны

маглі, яны зрабілі. Яны займаліся толькі целам. Але яшчэ ёсьць і душа! Але гэта ўжо — не да іх. Таму што ў іх элемэнтарна няма часу, вельмі вялікая плынь хворых...»

Цяжкасьці пачаліся, калі Натальлю выпісалі з анкадыспансэру. Рэабілітацыя пасьля такой апэрацыі даволі доўгая — да пяці месяцаў. Спачатку Натальля шмат чытала, шукала інфармацыю пра сваю хваробу ў інтэрнэце — старалася сябе заняць. Цалкам зьмяніла харчаваньне, адшуквала цікавыя рэцэпты карысных страваў. Але дурныя думкі не выходзілі з галавы, кажа Натальля:

«Складаней за ўсё было змагацца з думкамі. І гэтая праца — не барацьба, а праца — працягваецца і дагэтуль. Калі мяне зусім прыхапіла, я пабегла да псыхатэрапэўта, кажу: “Усё, зусім дрэнна”. Яна, вядома, прызначае процьму прэпаратаў, антыдэпрэсантаў. Я іх купіла, але прымаць ня стала. Калі я зь ёй паразмаўляла, пасьля літаральна некалькіх фраз мне ўжо стала лягчэй, і я зразумела, што мне проста трэба знайсьці месца, дзе я змагу пра гэта гаварыць».

...я зразумела, што мне проста трэба знайсьці месца, дзе я змагу пра гэта гаварыць.

Натальля заўважыла, што, да прыкладу, яе маці — чалавек больш замкнёны, яна абстрагавалася ад сваёй хваробы і стараецца

пра яе ня ўзгадваць, ня думаць. Але для сябе Натальля абрала іншы варыянт. Даведалася, што ёсьць групы падтрымкі і ўзаемадапамогі анкапацыентаў. У групу падтрымкі, што стварыла Ірына Жыхар, якая сама змагаецца з анкалёгіяй, Натальля Сыравегіна прыйшла ў траўні 2012 году. І адразу зразумела, што гэта яе другая сям'я:

«Я трапіла ў сваю сям'ю, дзе ўсе сяброўкі, усе разумеюць мяне нават бяз словаў, можна размаўляць пра ўсё, падтрымліваць адна адну. І калі я пахадзіла туды крыху, я зразумела, што я хачу ня толькі браць, але і аддаваць. Я прыносіла нейкія цікавыя рэцэпты, якія знаходзіла, хлеб навучылася пячы сама, прыносіла, частавала. Ёгу паказвала. То бок, што ўмела сама, несла туды. Карыснае нешта даведаюся, знайду, паспрабую — і нясу, дзялюся гэтым».

Я трапіла ў сваю сям'ю, дзе ўсе сяброўкі, усе разумеюць мяне нават бяз словаў, можна размаўляць пра ўсё...

Натальля кажа, што наўрад ці сама б пераадолела сваю хваробу, перамагла свае трывогі, страх, каб не падтрымка сям'і, сяброў, калегаў па працы:

«Ніхто ніколі не сумняваўся, што ўсё добра скончыцца, ніхто ніколі не глядзеў на сябе як на "асуджанага чалавека". Нават цяпер калі я кажу, што прайшла чарговы агляд, —

усё добра, усе кажуць: ніхто і не сумняваецца! Акрамя мяне... Але страх ёсьць. Усе — і муж, і маці, бацькі, сябры, — ніхто не адвярнуўся, не спалохаўся, не сышоў. Наадварот, падтрымлівалі, чым маглі — дапамагалі».

Але для жанчыны ўсё ж галоўнае — гэта сям'я. Сям'я Натальлі — гэта яе матуля, якая сама сутыкнулася з такой самай праблемай і як ніхто іншы разумее і падтрымлівае сваім прыкладам дачку, і трое любімых мужчынаў — муж і два сыны:

«Муж у мяне наагул такі аптыміст. Кажа: для мяне нічога не зьмянілася ў табе, усё як было, так і засталося. Дзеці — па-рознаму адрэагавалі. Старэйшы спачатку быў напалоханы, плакаў. Я, як магла, супакойвала. Кажу: паглядзі на бабулю, усё ж нармальна столькі гадоў! Ён паступова супакоіўся. А малодшы ў мяне наагул філёзаф, спакойны, флегматычны. Калі яму сказалі, ён разважае: «Цяпер жа гэта вылечваецца?» Я адказваю: «Так».

Пасьля хваробы жыцьцё яе кардынальна зьмянілася. Прычым ня толькі лад жыцьця, але і каштоўнасьці:

«Я праходзіла свой шлях. Не магу сказаць, што я так ужо моцна змагалася. Я проста жыла. Разумела, што я павінна сябе аднавіць і далей жыць ужо ў новай якасьці, на іншым узроўні. Памянялася, вядома, многае. Перш за ўсё харчаваньне. Ёгай пачала займацца. Раней таксама была актыўнасьць, таксама былі танцы, але

іншыя, зь іншымі думкамі, зь іншай мэтай — усё рабілася дзеля ўласнага задавальненьня. Не разумела каштоўнасьцяў, што навокал — сваёй сям'і, напрыклад. Мне здавалася раней, што больш важнае — тое, што я раблю, а яны могуць пачакаць. Цяпер гэта ня так. Мае сваякі і родныя — самае важнае для мяне, самае галоўнае».

Што можна параіць жанчынам, якія сутыкнуцца з такой самай праблемай? Па-першае, супакоіцца, хоць гэта вельмі цяжка. Трэба працягваць лекавацца, па-другое, ні ў якім выпадку не адмаўляцца, сьцьвярджае Натальля:

«Мая парада — праходзіць усё, што прызначаюць лекары, абавязкова. Зьмяніць харчаваньне. Дадаць пасільную фізычную нагрузку. Штодзённыя шпацыры. Ну, і плюс — думкі, працаваць над сваімі думкамі, мысьліць пазытыўна. Знайсьці сабе занятак па душы, які б зацягваў, захапляў, калі ты ўжо пра дрэннае ня думаеш. Творчасьць — найлепшыя лекі. Таму пачаліся ў мяне і танцы, і ёга, і кулінарыя — гэта таксама творчасьць».

Праблемаў, зь якімі кожны дзень сутыкаюцца анкапацыенты, — процьма, кажа Натальля. Да прыкладу, бракуе адмысловай бялізны, пратэзаў — па гэтыя неабходныя рэчы беларускія жанчыны езьдзяць у Маскву, Кіеў, Варшаву, бо беларуская прамысловасьць такой бялізны наагул не вырабляе.

Натальля Сыравегіна і яшчэ тысячы жанчын з такімі самымі праблемамі мараць хадзіць у басэйн, у спартовую залю, на фітнэс. Яны разумеюць, што ніхто, акрамя іх саміх, пра гэта не паклапоціцца:

«Калі б у нас быў такі цэнтар, куды б я магла прыйсьці, паплаваць у басэйне з такімі ж, як я, не саромеючыся, пайсьці ў душ... Я б з задавальненьнем хадзіла. Ёсьць гімнастыка ў групах, але яны звычайна ранішнія ці дзённыя. Дарэчы, у нас з Ірынай Жыхар ёсьць такая ідэя, мы і самі б маглі праводзіць такія заняткі. Я, да прыкладу, паводле другой адукацыі псыхоляг. Усё жыцьцё танцую, ведаю ёгу, сыстэму Нішы. Мы думаем пра гэта. Можа, што і атрымаецца, і зробім».

Рэха

Алена: Гэта не адзінкавы выпадак. Тых, хто выжыў, людзей шмат, але яны аб гэтай хваробе і ўспамінаць ня хочуць. Гэта страшнавата. І толькі яны пра гэта ведаюць. Я перанесла дзьве апэрацыі з падобным дыягназам, але жывая. І спадзяюся, што гэтай заразы ў мяне ўжо не будзе. Цьфу, цьфу!

Арцём Фрэнкель
Шпітальная эпапэя як трамплін у дарослае жыцьцё

Арцём Фрэнкель палову жыцьця жыве бяз ныркі, у якую ракавая пухліна ўелася з такой сілай, што ўратаваць орган не ўяўлялася магчымым. Зрэшты, убачанае ўразіла нават мэдыкаў: пухліна была памерам 9×12 сантымэтраў — большая, чым уласна нырка. Між тым на свой шпітальны досьвед малады чалавек глядзіць як на трамплін, які дазволіў у далейшым займацца любімымі справамі — граць музыку, маляваць, падарожнічаць. Сваю гісторыю Арцём расказаў ***Ігару Карнею****.*

З Арцёмам мы сустрэліся падчас ягоных непрацяглых вакацыяў на радзіме — некалькі апошніх гадоў ён грае на бас-гітары ў музычных калектывах, якія бавяць турыстаў на круізных лайнэрах. Якраз днямі вярнуўся з паўгадавой вандроўкі па Міжземным моры. Чарговы выхад у мора — на Карыбы, ёсьць крыху часу, каб упарадкаваць хатнія справы.

Летась Арцём перавёў частку ганарару ў нерухомасьць — набыў вясковую хату ў вёсцы Зарудзічы недалёка ад Смаргоні. Цяпер перабсталёўвае жылплошчу пад творчую майстэрню: на другім паверсе будзе маляваць, на першым разьмесьціцца музычная студыя. Паколькі безь яго будаўнікі нарабілі самадзейнасьці, даводзіцца шмат што вяртаць на зыходныя пазыцыі. У высокай ступені гатовасьці пакуль толькі лазьня, якой Арцём у літаральным сэнсе не дае астываць. Чакаючы, пакуль вада ў баку

дойдзе да кіпеньня, згадвае, як у 14 гадоў стаў анкалягічным хворым:

«Пачалося з таго, што ў мяне вельмі моцна забалеў бок. Адвезьлі ў смаргонскі шпіталь, паглядзелі. Што да чаго — так нічога толкам і не зразумелі. Потым паехалі ў Бараўляны. Там зноў паглядзелі, убачылі, што нейкая пухліна, але, відаць, да канца таксама не разабраліся. Карацей, пра тое, што выдалілі нырку, мне сказалі ўжо пасьля апэрацыі. Дагэтуль памятаю: нешта гавораць, а я, яшчэ напалову ў наркозе, пачынаю абзываць лекараў: маўляў, вы такія-растакія, навошта мяне парэзалі... Насамрэч выразалі нырку таму, што пухліна літаральна прарасла праз усю нырку і проста “скалупнуць” яе было немагчыма. Гэта як, бывае, праз бульбу прарастаюць карані, і выкалупаць іх адтуль проста нерэальна. Вось толькі шрам нагадвае — выразалі ўсю цалкам. А што да шоку? Не, ня памятаю, каб быў нейкі шок. У мамы быў шок, у таты быў шок. Тата з гэтага стану і ня выйшаў, пачаў піць — сын у яго памірае і ўсё такое. У той час, як трэба было прынамсі маральна дапамагчы маме, сям’і. Урэшце з-за гэтага сям’я распалася».

Арцём кажа, што пасьляапэрацыйныя працэдуры аказаліся нашмат больш непрыемнымі, чым уласна хірургічнае ўмяшаньне. Але нічога не папішаш — трэба было падпарадкоўвацца волі лекараў. Маральна і фізычна дапамагала мама Ірына, якая была і нянькай, і сядзелкай,

а за 10 гадоў да таго сама перанесла анкалягічную апэрацыю:

«Усё гэта цягнулася дзесьці года паўтара. Зрабілі апэрацыю, і пасьля апэрацыі — пяць сэансаў гіпэртэрміі. Гіпэртэрмія — сама па сабе рэч вельмі непрыемная. Прачынаесься пасьля гэтай гіпэртэрміі ў рэанімацыі (а ў Бараўлянах гэта робяць у дарослым корпусе, не ў дзіцячым) — сьпіна ў апёках, усё баліць, муціць, нешта зялёнае зь цябе пастаянна выходзіць. Ня дзіва — гэта ж фактычна атрута. Глядзіш, прыкладам, як зь цябе кроў па трубачцы пайшла назад у кропельніцу, бо скончыўся фізраствор, хочаш паклікаць мэдсястру, а ня можаш — у цябе проста няма голасу. Адчуваньне вельмі непрыемнае: сілаў і так не засталося, а тут яшчэ кроў кудысьці выцякае. Пры гэтым рот адкрываеш, а гукі адтуль ніякія не ідуць».

Зрэшты, прызнаецца Арцём, нават зусім ня радасныя падзеі тады ўспрымаліся з падлеткавай непасрэднасьцю — прынамсі ня трэба хадзіць у школу!

«Я нават узрадаваўся, што мне ня трэба ў школу хадзіць. Бо калі ўжо вярнуўся дадому, да мяне настаўнікі самі прыходзілі. Цяпер сорамна казаць, але я іх часам не пускаў: гляджу ў вочка — выкладчык стаіць. Тады затаюся ціхенька, як быццам ні мяне, ні іншых дома няма. Так і прагульваў. Шчыра кажучы, апошнія два гады школы — 10–11 клясы — я практычна нічога не рабіў. Проста хадзіў у лес, ма-

ляваў карціны. Але потым школа скончылася, трэба было некуды паступаць. Я паняцьця ня меў, куды пайсьці, куды падацца. Ды асабліва і не хацелася — пасьля бальніцы і дома было вельмі добра».

Тады Арцём Фрэнкель нават уявіць ня мог, што само жыцьцё скіруе яго ў творчае рэчышча. Кажа, што ў дзяцінстве музыкай займаўся дзеля «вытворчай неабходнасьці», а маляваньнем захапіўся толькі ў Бараўлянах. Аднак перад выпускам са школы ня зьвязваў сваю будучыню ні з тым, ні з другім:

«Музыкай я заняўся, бо ў дзяцінстве моцна парэзаў пальцы — указальны на левай руцэ практычна цалкам адрэзаў. І бацькі аддалі мяне ў музычную школу, каб распрацоўваць пальцы. Граў на акардэоне, але і ў думках не было зьвязваць сваё жыцьцё з музыкай. Тое самае тычыцца і так званай арттэрапіі ў Бараўлянах. У нейкі момант проста спадабалася маляваць. Гэта не было абавязалаўкай, да таго ж я не маляваў зусім. Усё пачалося з таго, што мы хадзілі на псыхалягічныя трэнінгі да псыхоляга Тамары Вашкевіч. Яна прасіла намаляваць на паперы свой стан, звычайнымі крэйдачкамі. Праз некаторы час мне захацелася памаляваць ужо сапраўднымі фарбамі, на палатне. Тым больш наш сусед у Смаргоні — мастак Аляксандар Іваноў. Ён для мяне рэальны прыклад: чалавек паралізаваны, малюе зубамі. У гэтым сэнсе моцна дапамог, патлумачыў, у мяне адра-

зу зьявіліся любімыя мастакі. Пасьля шпіталя паехаў у Францыю, каб ужывую паглядзець на карціны Ван Гога, Гагена, імпрэсіяністы проста зачаравалі. А пакуль у Бараўляны ня трапіў, нічым не цікавіўся ў прынцыпе. Роўна ўсё было, без адхіленьняў».

Я сваю шпітальную эпапэю лічу своеасаблівым трамплінам.

Насуперак бальшыні хворых, якія ня любяць ня тое што некаму расказваць, а нават згадваць свой шпітальны перыяд, Арцём Фрэнкель лічыць анкалягічны цэнтар у Бараўлянах сапраўдным трамплінам у дарослае жыцьцё:

«Я сваю шпітальную эпапэю лічу своеасаблівым трамплінам. То бок быў такі шок, што мяне проста некуды выбіла. Усё ж ня з кожным такое здараецца, правільна? І чаму гэта ўвогуле са мной здарылася? Часта людзі задаюцца пытаньнем: з-за чаго зьяўляецца рак? Празь нейкія ўнутраныя пакуты? Дык я асабліва не пакутаваў. Прычыну не магу назваць. Можа, ёсьць людзі, якія могуць нешта растлумачыць, але я не магу. А ўвогуле добра, што гэта са мной здарылася, я дагэтуль удзячны лёсу. Перадусім таму, што выпрабаваньне выпала ў тым узросьце, калі чалавек яшчэ нічым не абцяжараны. Хоць ведаю выпадкі, калі людзі і ў сталым веку рак перамагалі. Шмат залежыць ад таго, як да гэтага

ставіцца. Вядома, я быў не адзін, мне заўсёды дапамагалі блізкія людзі, мама, можа, таму ўсё так склалася. Паніка — дрэнны спадарожнік, асабліва калі нікога няма побач. У мяне таксама бывалі прыпадкі дэпрэсіі — усё, хопіць мяне лячыць, дайце спакойна памерці і г. д. Але гэта былі хвіліны слабасьці, ня болей. Са мной гэта і цяпер часам бывае. Думаю, нават у людзей, якія не хварэюць, таксама такое здараецца. Гэта нармальна. Проста трэба нешта рабіць».

Арцём кажа, што за непрацяглую біяграфію паспрабаваў сябе ў дзясятку прафэсіяў. Некаторыя не «зайшлі» ад пачатку. Апынуўшыся пасьля школы на раздарожжы, нечакана найперш для бацькоў вырашыў паступаць на тэалягічны факультэт Эўрапейскага гуманітарнага ўнівэрсытэту. Тады вучэльня яшчэ мела легальны статус у Менску, а апекаваўся студэнтамі сам мітрапаліт Філарэт:

«Прайшоў гутарку зь мітрапалітам і нават умудрыўся паступіць на бясплатную форму, хоць конкурс быў даволі высокі. Год адвучыўся і зразумеў, што гэта ўсё ж не маё. Таму што мне хацелася нешта рабіць рукамі, а тут усё трэба было насіць у галаве — разважаньні, тлумачэньні. Так і не зразумеў, навошта мне гэта патрэбна. І яшчэ не спадабалася, што там быў вельмі моцны ўхіл у бок праваслаўя. Я ж не ў сэмінарыю паступаў, а на рэлігіязнаўчы факультэт, каб у агульных рысах ведаць пра тое і пра гэтае. Усё павінна быць, у прынцыпе, на

адным узроўні. Пра нешта расказвалі, але разам з тым прымушалі хадзіць на службы. Што мне ня вельмі падабалася — стаяць гадзінамі на службах. Таму ўжо падчас іспытаў пры канцы году я паступаў у музычную вучэльню імя Глінкі на кантрабас. Ня ведаю нават, чаму — проста сон прысьніўся, што граю на кантрабасе. І я паступіў, з нуля. Два гады правучыўся на клясычным аддзяленьні, хоць марыў пра джазавае. На жаль, у Беларусі менавіта джазавага аддзяленьня па кантрабасе няма. Можна паступіць у "кулёк" ці на эстраднае аддзяленьне ў вучэльню на бас-гітару. Але я не цікавіўся тымі гітарамі. І раптам мой сябра, саксафаніст Лёша Малахаў, паступіў у кансэрваторыю ў Кёльне. Прыехаў і пачаў хваліцца, што туды ня трэба ніякіх дыплёмаў. І я адразу кінуў сваю вучэльню. Дзесьці паўгода дома займаўся, рыхтаваўся да іспытаў. А потым паехаў і паступіў».

Навучаньне ў Кёльнскай кансэрваторыі замест пяці гадоў расьцягнулася на сем. Як кажа сам Арцём, некалькі разоў браў акадэмічны адпачынак, бо, ня маючы спонсараў, мусіў працаваць, каб аплачваць ня толькі навучальны працэс, але і іншыя выдаткі: жытло, страхоўку, харчаваньне. За гэты час паспрабаваў сябе ў самых розных прафэсіях: фармоўшчыкам на адным з падразьдзяленьняў «Мэрсэдэсу», на фабрыцы па вытворчасьці плястыкавых вокнаў, рабіў відэафільмы для школаў, падпра-

цоўваў музыкам, мулярам, садоўнікам, нават выкладчыкам ёгі:

«У Нямеччыне я быў ужо працаўладкаваны — лічыўся выкладчыкам музыкі ў дзяржаўнай школе. Там выкладчыка называюць дацэнтам. У нас дацэнт — гэта статусна, як прафэсар, а там дацэнт — проста выкладчык. Але я не хацеў заставацца ў Нямеччыне. Нават размаўляць на нямецкай мове мне ня вельмі падабаецца. Таму адразу пасьля выпускных іспытаў вярнуўся дадому, пабыў пару месяцаў і паехаў на карабель. Мяне гэта, з аднаго боку, задавальняе. Я ў любым выпадку займаюся музыкай, граю з добрымі музыкамі. Бываюць і ня вельмі добрыя, але наагул узровень нармальны. Мала таго, што я не губляю свае навыкі, дык мне за гэта яшчэ і плацяць. Да таго ж я бачу месцы самыя розныя, экзатычныя, якія пры іншым раскладзе наўрад ці ўбачыў бы. Таму пакуль усё добра. Але я ня думаю гэта рабіць маім асноўным заняткам па жыцьці. Можа, яшчэ парачку разоў, і будзе дастаткова. Як што складзецца — сказаць цяжка, але пакуль плянную застацца тут. Дом трэба давесьці да ладу. Увогуле хочацца пачаць рабіць нешта іншае. Не маляваў досыць доўга, ёсьць жаданьне нешта зрабіць не па музыцы. Я не магу нават сказаць, што я музыка. Проста цяпер зарабляю музыкай грошы. Але мне падабаецца рабіць шмат чаго іншага таксама. Дапусьцім, хочацца пасадзіць сад — бачыш, дрэваў ніякіх няма. Мазаіку хачу

зрабіць. Ці прыдумаць нейкую справу ў Залесьсі, каб таксама прыносіла даход. Думаю, што не прападу, знайду нейкі занятак. Дый музыкай заўсёды можна зарабіць. Побач Вільня, там ужо зусім іншае музычнае жыцьцё. Зьезьдзіў, сыграў пару канцэртаў, і табе ўжо добра».

У часе цяперашняй пабыўкі на радзіме Арцём Фрэнкель зь сябрамі-музыкамі Цімафеем Біруковым і Канстанцінам Гарачым даў джазавы канцэрт у менскім клюбе «Графіці». Кажа, што выступіць перад беларускай публікай стараецца кожныя вакацыі. Бадай, самым хвалюючым лічыць леташні канцэрт у дзіцячым анкалягічным цэнтры ў Бараўлянах — там, дзе паўтара дзясятка гадоў таму ляжаў сам. Цікаўлюся: якія нахлынулі пачуцьці, як пераступіў парог клінікі?

«Дрэннага не нахлынула нічога, наадварот, месца, зь якім шмат зьвязана. Там многае зьмянілася. Многія людзі, якіх хацеў пабачыць, ужо там не працуюць, у асноўным псыхолягі — тая самая Тамара Іванаўна ў дарослым аддзяленьні. Калі хварэў, у мяне ад яе была рэальная залежнасьць, пастаянна патрабавалася зь ёй пра нешта пагаварыць. Цяпер ужо такога няма, цяпер мы проста сябры. Часам яна прыяжджае да маёй мамы, разам дапамагаюць іншым людзям справіцца з праблемамі: захварэў на рак — што рабіць? А што да самога канцэрту? Прыехалі, паставілі інструмэнты, хтосьці даў абвестку. Сабралі бацькоў, дзяцей, якія змаглі

прыйсьці. Яны прыйшлі, мы сыгралі. Потым мяне папрасілі сказаць пару слоў. Я сказаў: не хвалюйцеся, усё ў вас на галаве адрасьце, яшчэ нават лепш будзе. Галоўнае — ня падайце духам: малюйце, ляпіце, тварыце. Што я мог сказаць, у прынцыпе? Важней — нешта зрабіць.

...не хвалюйцеся, усё ў вас на галаве адрасьце, яшчэ нават лепш будзе. Галоўнае — ня падайце духам: малюйце, ляпіце, тварыце.

Ня думаю, што туды ўвогуле прыяжджае нехта з канцэртамі, каму гэта трэба? Мне так і сказалі: за апошнія гады нічога падобнага проста не было. Мае сябры адразу пагадзіліся — Цімафей Бірукоў, Косьця Гарачы, хоць ім ад гэтага нібыта таксама нічога. Я таксама ня ведаю, навошта мне гэта, мабыць, проста так. Асабліва пра гэта ня думаў, неяк спантанна ідэя ўзьнікла. Нядрэнная ж ідэя, так? Увогуле атрымліваецца, што падчас маіх прыездаў мы дзесьці выступаем. Мінулы раз быў канцэрт у Нацыянальнай школе прыгажосьці з Уладзімерам Чакасіным, было цікава. Цяпер вось у “Графіці”, летась у анкацэнтры. Як ёсьць жаданьне, то нешта заўсёды атрымліваецца».

За працяглую шпітальную падтрымку і далейшую рэабілітацыю Арцём найперш удзячны сваёй маці — Ірыне Фрэнкель. Пры канцы 1980-х яна таксама перамагла анкалягічную хваробу. У 1996 годзе Ірына далучылася да руху

«Беларускай асацыяцыі маладых хрысьціянскіх жанчын», і некалькі апошніх гадоў дапамагае не адчайвацца іншым людзям, хворым на рак.

Рэха:

Сьвятлін, Сафія: Неверагоднае жыцьцё! Арцём! Многім людзям трэба прачытаць тваю гісторыю. Ты і твая маці Ірына, псыхоляг Тамара Вашкевіч, мастак Аляксандар Іваноў — усе вы — цудоўныя людзі!

Ірына Фрэнкель

З клюшняў вырвала і сябе, і сына

У Ірыны Фрэнкель з анкалёгіяй асаблівыя рахункі. Ад раку памерла мама, праз страшны дыягназ і доўгую рэабілітацыю прайшлі яна сама і яе сын Арцём. Чарада бясконцых хваробаў разваліла сям'ю — ня вытрымаў псыхалягічнага і фізычнага напружаньня муж. Аднак выпрабаваньні загартавалі — цяпер Ірына дапамагае ня траціць прысутнасьці духу тым, хто трапіў у цяжкое становішча. З Ірынай Фрэнкель пагутарыў ***Ігар Карней****.*

Гледзячы на энэргічную, усьмешлівую жанчыну, якая сустракае мяне ля дзьвярэй сваёй кватэры ў Смаргоні, ніяк ня скажаш, што некалі яе лёс вырашаўся на апэрацыйным стале ў Бараўлянах. Хвароба выявілася выпадкова, на піку жыцьцёвага росквіту: на дварэ быў 1987 год, Ірыне Фрэнкель — 28. Дыягназ — рак шыйкі маткі:

«Гэта здарылася абсалютна выпадкова, нават у думках нічога падобнага не магло ўзьнікнуць. У нас быў звычайны мэдагляд, падчас якога выявілася невялікая кіста. Мне параілі зрабіць апэрацыю, сказалі — едзь ты ў Менск, прынамсі будзе лепш, чым у Смаргоні. Знайшліся сябры, якія празь Леаніда Путырскага, былога галоўнага мамоляга рэспублікі (тады ён яшчэ быў звычайным лекарам-анколягам у аддзяленьні мамалёгіі) паклалі зрабіць апэрацыю. А калі ўжо трапіла ў анкалёгію, сталі абсьледаваць. І знайшлі. То бок можна сказаць, што мне яш-

чэ пашчасьціла: не прайшоў час, не дайшло да таго, каб гэта выявілася на далёкай стадыі хваробы. Такая вось выпадковасьць. І, можа, таму, дзякуй Богу, столькі гадоў ужо мінула. Апраменілі, выдалілі, і ўсё».

Ірына Фрэнкель нарадзілася ў Данецкай вобласьці. Яшчэ школьніцай з бацькамі пераехала ў Бурацію, ва Ўлан-Удэ. Пасьля школы паступіла ва Ўсходне-Сыбірскі тэхналягічны інстытут на спэцыяльнасьць «тэхналёгія скуры і футра». Але адвучылася толькі тры курсы — бацькі зноў перадысьлякаваліся, гэтым разам на Паўночны Каўказ. Ірына ж вярнулася на радзіму — скончыла Данецкі політэхнічны інстытут, атрымала прафэсію інжынэра-хіміка. Зрэшты, паводле профілю працуе толькі апошнія гады — лябарант хіміка-бактэрыялягічнага аналізу пітной вады на вадазаборы «Карані».

У Беларусь прыехала ў 1982-м па накіраваньні мужа. Яго разьмеркавалі на Смаргонскі завод аптычнага станкабудаваньня, падпарадкаваны абароннай прамысловасьці. Паколькі адміністрацыя чакала толькі аднаго маладога спэцыяліста, ужо цяжарнай 23-гадовай Ірыне на час дэкрэтнага адпачынку прапанавалі «акунуцца» ў камсамол. Адлік сваёй пазьнейшай грамадзкай дзейнасьці яна вядзе менавіта ад таго часу, а завязаныя калісь кантакты дапамагаюць дагэтуль. Але пасьля 1987-га жыцьцё падзялілася на «да» і «пасьля» раку. З аднаго боку, поўная цьмянасьць пэрспэктываў, з дру-

гога — інваліднасьць і рэгулярныя абсьледаваньні на выпадак рэцыдыву:

«Звычайныя ў такіх выпадках працэдуры. Спачатку кожныя тры месяцы, потым раз на паўгода, потым штогод. Што ўвогуле можна сказаць? Самае жахлівае ва ўсім гэтым было тое, што парэзалі і выставілі фактычна ў нікуды. Мне было 28 гадоў. Жыцьцё ня тое што толькі пачыналася, можна сказаць, увогуле чалавек яшчэ ня жыў! Сыну Арцёму толькі 6 гадоў! Лекары гэткія ж маладыя, як і я. Ніхто нічога не сказаў, як мне далей існаваць, як з мужам жыць, што наагул рабіць. Таму сама чытала кнігі, шукала розныя спосабы рэабілітацыі, хтосьці нешта падказваў. Але я б не сказала, што неяк моцна старалася сябе лячыць, не. Відаць, усё ж маладосьць сваё брала, час».

Самае жахлівае ва ўсім гэтым было тое, што парэзалі і выставілі фактычна ў нікуды.

Паводле Ірыны, пасьля апэрацыі станавіцца на ногі было надзвычай складана — камсамол неўзабаве ляснуў, і нічога не заставалася, як перакваліфікавацца ў «надомнікі»:

«Пасьля таго, як я пабыла на “групе”, пачаліся скарачэньні. Зразумела, што я першая пад іх трапіла. Давялося звольніцца, бо не было ніякага сэнсу за гэтую сыстэму чапляцца. Сядзела дома, працавала. Дакладней, вязала. У мяне

ёсьць вязальная машына, варштат, і я 10 гадоў вязала. Ніякі не прадпрымальнік, проста брала заказы. Якраз такі пэрыяд, што ў крамах не было ні трыкатажу, нічога абсалютна, таму нават нейкія шапачкі, штонікі — усё ішло. Гэта мяне, вядома, уратавала. Апошнія 8 гадоў працую ў сыстэме жыльлёва-камунальнай гаспадаркі. Засталіся нейкія 1,5 года да пэнсіі, вось і ўся праца. Уласна кажучы, у пэнсію мне пойдзе, відаць, толькі мая ЖКГ. То бок асабліва не разгуляесься. Бо тыя 10 гадоў я нідзе не афармляла — нявыгадна, падаткаў трэба было шмат плаціць. А калі захварэў Арцём, можна сказаць, што не жылі, а проста выжывалі. З працы давялося сысьці, знайсьці новую было немагчыма. Бацькі, вядома, дапамагалі, але было вельмі цяжка».

Сапраўдным маральным паратункам ад дрэнных думак і дэпрэсіі стаў самадзейны тэатар «Ліцадзеі», створаны з ініцыятывы смаргонскага мастака Аляксандра Іванова і ягонай жонкі Ларысы. Але звалілася чарговае выпрабаваньне:

«І я стала «ліцадзейкай». Гэта, вядома, зрабіла сваю добрую справу — адцягнула ад дурных думак, мабыць, гады на два. Мы тады ў літаральным сэнсе жылі тэатрам, жыцьцём, якое насамрэч было цікавае, вясёлае. Езьдзілі з канцэртамі па раёне, нас ведалі. Але прыйшла бяда. У нашага кіраўніка Сашы Іванова (у нас па ўсёй кватэры ягоныя карціны) на трэніроў-

цы здарылася траўма — ён зламаў шыю. І вось ужо больш за 20 гадоў ён у такім нямоглым стане — ня можа сядзець, ня рухаюцца рукі, ногі. Нягледзячы на гэта, ён па-ранейшаму малюе — зубамі. Адна зь ягоных працаў нядаўна заняла першае месца на міжнародным конкурсе такіх, як ён, мастакоў, больш за 100 удзельнікаў. Ён мастак ад Бога, заканчваў нашу Акадэмію мастацтваў. З Сашам і ягонай жонкай Ларысай мы сябруем, яны жывуць у нашым доме. Яго прыклад няскоранасьці таксама даў сілы, даў стымул жыць. А калі праз 10 гадоў здарылася такое з сынам, я пра свае праблемы ўвогуле забылася».

У 1996 годзе Ірына Фрэнкель далучаецца да руху «Беларускай асацыяцыі маладых хрысьціянскіх жанчын» — псыхалягічны стан пасьля апэрацыі і фізычнага аднаўленьня патрабаваў эмацыйнага выхаду. Аднак ужо праз год грамадзкая дзейнасьць прыпыняецца жахлівай навіной — у 15-гадовага сына знайшлі пухліну памерам 9×12 сантымэтраў.

Наступны год Ірына і Арцём правялі ў шпіталі. Хлопец праходзіў складаныя працэдуры, мама была за няньку. А ў перапынках хворымі дзецьмі займаліся псыхолягі. Іх заслугу ў рэабілітацыі Ірына Фрэнкель увогуле лічыць першачарговай. Асабліва ўдзячная анкапсыхолягу Тамары Вашкевіч, якая праз арттэрапію вярнула ў строй дзясяткі, калі ня сотні, дзяцей:

«Апэрацыя, курс хіміятэрапіі, пяць найцяжэйшых курсаў гіпэртэрміі. І псыхалёгія. Пасьля гэтага Арцём пачаў маляваць. Ягоныя малюнкі, якія вісяць у нашай кватэры, — гэта якраз вынік арттэрапіі. Вядома, працы своеасаблівыя, прапушчаныя праз перажытае. А ўвогуле, як кажуць, не было б шчасьця, ды няшчасьце памагло. Арцём вучыў французскую мову, і праз таварыства “Дзеці ў бядзе” ўдалося паехаць у Францыю. Там набыў моўныя навыкі яшчэ большыя, пазнаёміўся зь цікавымі людзьмі, з мастакамі. Вось вынік паездкі — маляваў Нотр-Дам, Сабор Парыскай Маці Божай.

Але здарыліся і іншыя падзеі. У гэты час у нас адбыўся развод з мужам. Сытуацыя бывае такая, што нехта не вытрымлівае. Так, на жаль, і адбылося. Ня ўсе могуць вынесьці такое і маральнае, і фізычнае напружаньне. Бо літаральна ва ўсім трэба было сябе ўшчаміць. У той пэрыяд якраз наш сябра, мастак Саша Іваноў, можна сказаць, замяніў Арцёму бацьку».

Пасьля шпітальнай эпапэі трэба было прыстасоўвацца да жыцьця ў новых умовах. А на самой справе, удакладняе Ірына, ва ўсім сабе адмаўляць:

«Пасьля цяжкога лекаваньня вымушана сядзелі на дыеце, а фактычна — нічога ня елі. У мяне дома нічога не было, акрамя аўсянай кашы, мёду, казінага малака. Таксама рабілі сокі з гародніны, пераважна з морквы. Вось такое

харчаваньне. Года паўтара, напэўна, пасьля бальніцы былі на такім вось жорсткім рэжыме. У гэты пэрыяд Арцём актыўна загартоўваўся, хадзіў босы па сьнезе. Яшчэ там, у Бараўлянах, пасьля хіміі, пасьля апэрацыі — сабраўся, разуўся і пайшоў гуляць. Прычым ніхто яму нічога ня раіў, усё сам. Дарэчы, ён і мяне навучыў хадзіць басанож. Шмат да чаго дадумваўся сам, лічыў, што арганізму так страсянуцца толькі на карысьць. Увогуле Арцём малайчына, што падпарадкоўваўся, не супраціўляўся, хоць часам была проста пакута».

Нядаўна ў Арцёма быў юбілей — яму 30 гадоў. І паўтара дзясятка гадоў пасьля абвяшчэньня страшнага дыягназу. Выбраць далейшы шлях паспрыяў мастацкі досьвед, набыты ў шпіталі. Своечасова дапамог зарыентавацца і другі Ірынін муж — вядомы ў Смаргоні музыка і кампазытар Тэймур Пагасян. Ён ня толькі прышчапіў хлопцу цікавасьць да кантрабаса, але фактычна скіраваў у патрэбнае рэчышча. Цяпер Арцём — прафэсійны музыка:

«Арцём надзвычай цікавы чалавек, своеасаблівы. Ён прафэсійны музыка, грае на кантрабасе. Як і мой другі муж, Тэймур, таксама музыка. Арцём скончыў Кёльнскую кансэрваторыю ці, больш правільна, Акадэмію музыкі. Цяпер на паўгадавым кантракце працуе на караблі, на круізным пасажырскім лайнэры, які возіць турыстаў па Міжземным моры. Арцём — таленавіты музыка, і гэта ня толькі наша думка».

Некалькі апошніх гадоў Ірына Фрэнкель дапамагае не адчайвацца іншым людзям, хворым на рак. У «Беларускай асацыяцыі маладых хрысьціянскіх жанчын» яна выступае трэнэрам па такіх тэмах, як «Прафіляктыка раку малочнай залозы», «Супрацьдзеяньне гандлю людзьмі», «Супрацьдзеяньне хатняму гвалту». Але ў памяці заўсёды пульсуе напамін — усё магло павярнуцца зусім інакш:

«Мне пашчасьціла ў тым, што я трапіла ў Бараўляны. Калі б я там не апынулася, магчыма, усё скончылася б інакш. Проста я апынулася ў лекараў, якія мусяць грунтоўна абсьледаваць пацыента. Гэта ж анкалёгія. Таму яны ня проста мяне абсьледавалі, а прамацалі ад пачатку і да канца. Калі б я трапіла проста ў нейкую гінэкалёгію, гэта было б абавязкова прапушчана. А потым, у той час яшчэ нават не была вывучаная прычына майго захворваньня. У мяне дыягназ быў — рак шыйкі маткі. Гэта цяпер ужо вядома, што прычына — вірус папілёмы чалавека, ад якога ёсьць вакцына. А тады пра гэта не гаварылі. У 1987 годзе такіх заключэньняў яшчэ не існавала. Таму было, як кажуць, бамбаваньне ўсьляпую. Перад апэрацыяй доза апраменьваньня — на працягу 59 хвілінаў — пасьля чаго ўсё проста выдаляецца. Вось і ўсё».

На глыбокае перакананьне Ірыны Фрэнкель, панічную боязь раку трэба пераадольваць, але ні ў якім разе не заставацца зь бядой сам-насам. Да таго ж, па яе словах, трэба перастаць

успрымаць анкалягічны дыягназ як сьмяротны прысуд:

«У кастрычніку ва ўсім сьвеце праходзяць міжнародныя акцыі, накіраваныя на прафіляктыку раку малочнай залозы. Мы таксама рыхтуем артыкулы, разносім улёткі — у шпіталі, у паліклінікі. Які эфэкт? У газэце могуць пратрымаць, своечасова ня выдаць, падкараціць па-свойму. Я напісала матэрыял, дзе ў назьве было слова «рак». Яны ня сталі даваць, зьмянілі. Баяцца. Чаму? Каб людзі перасталі баяцца, трэба больш пра гэта гаварыць, пісаць. Як Путырскі казаў: якая розьніца — апэндыцыт ці рак? 3% пацыентаў паміраюць ад апэндыцыту, але ніхто чамусьці яго не баіцца. Рак, вядома, біч, чума, але ж не на першым месцы, нешта ўжо можна супрацьпаставіць. Часта людзі проста не зьвяртаюць увагі, а галоўнае тут — ня страціць час. Мая мама памерла ад раку малочнай залозы. Але я лічу, каб крыху раней забілі трывогу, можна было б яе ўратаваць. Вечна гэтая праца — ай, потым, калі-небудзь. Не. І яшчэ — зьвернесься ў нашу мэдыцыну, дык ніколі не захочаш туды зноў трапіць. Час патраціш, а атрымаеш толькі

...якая розьніца — апэндыцыт ці рак? 3% пацыентаў паміраюць ад апэндыцыту, але ніхто чамусьці яго не баіцца.

адпіскі. Вядома, ня ўся ахова здароўя аднолькавая, ёсьць і горшае, і лепшае».

Цяпер Ірына Фрэнкель кіруе праектам «Разьвіцьцё сфэры паслугаў сацыяльна-псыхалягічнай дапамогі для анкапацыентаў як сацыяльнаўразьлівай групы насельніцтва». На яе думку, надзвычай важна, калі пра тое, як удалося адолець хваробу, могуць расказаць ня толькі лекары, а і ўчорашнія пацыенты. Дзеля гэтага ў Смаргоні ініцыяваная і рэалізуецца сыстэма псыхоляга-сацыяльнай дапамогі — з прыцягненьнем прафэсійных псыхолягаў, псыхіятра, анколяга і саміх тых людзей, якія балянсавалі на мяжы жыцьця і сьмерці. Перадусім наладжаная кампанія інфармаваньня пацыентаў, якім пастаўлены несуцяшальны дыягназ — рак. Наступны крок — арганізацыя групаў самадапамогі зь ліку анкапацыентаў і іхніх блізкіх. Смаргонскі досьвед ужо рэкамэндаваны для пераймання ў іншых рэгіёнах Беларусі.

Рэха:

Алесь, Менск: Гэтыя гісторыі патрэбныя ня толькі хворым на рак, але найперш здаровым людзям. Бо кожны можа захварэць на рак. І ня трэба баяцца. Дзякуй за шчырасьць!

Нэлі Халанская
Мне хочацца ўсім дапамагчы

*У жыхаркі Бабруйску Нэлі Халанскай выявілі анкалёгію незадоўга да яе пяцідзесяцігодзьдзя. Мэдыкі дыягнаставалі рак малочнай залозы. Дзень народзінаў жанчына адзначыла пасьля апэрацыі на бальнічным ложку. З таго часу мінула болей за шэсьць гадоў. З Нэлі Халанскай пагутарыў **Алесь Асіпцоў**.*

Апавядаючы пра хваробу Нэлі Халанская згадвае адзін зь летніх дзён 2007 году. Працавала яна ў дзіцячым садку. На прагулцы, забаўляючыся зь дзятвой, спатыкнулася і ўпала. Дні праз два, кажа, убачыла гематому вышэй грудзей з падазронай зацьвярдзеласьцю. Схадзіла да мамоляга. Мэдык запэўніў, што злаякаснай пухліны няма. Яшчэ праз восем месяцаў іншы лекар зьвярнуў увагу на тую самую гематому:

«Гэтае зацьвярдзеньне так і не прайшло. Я пайшла на кансыліюм, і там мне сказалі, што ў мяне злаякасная пухліна. Гэтак я даведалася, што ў мяне рак малочнай залозы. Вось неяк так па-дурному выйшла — ударылася, і калі ласка вам... Гістэрыкі ў мяне не было. Наагул па характары я такі чалавек, што ня буду ў гістэрыку ўпадаць. Вядома ж шок быў. І думкі такія былі... Прыйшла дахаты, парадак навяла. Думаю, калі нешта здарыцца, народ прыйдзе, і ў кватэры павінен быць парадак, а то скажуць, што нейкая неахайніца жыла. У двары нікому не казала пару дзён. Потым зразумела, што трэ-

ба ўсім расказаць — гэта ж апэрацыя — можа любое здарыцца».

Дачка і сын Нэлі Халанскай тут жа прыехалі ў Бабруйск і засталіся да апэрацыі. Як маглі падтрымлівалі маці, вонкава захоўваючы спакой. Маці самой спадарыні Нэлі таксама супакойвала, даводзячы, што яе сяброўка перамагла тую самую немач.

«Вядома ж шок і ў іх быў. Я ўпэўненая ў гэтым. Мне, зразумела, пра гэта не казалі. Муж вельмі перажываў. І дзеці перажывалі, але не суцішалі мяне. Я не люблю гэтага, і яны гэта цудоўна ведалі. 3 кастрычніка 2007 году мне зрабілі апэрацыю. А 13 кастрычніка мне споўнілася 50 гадоў. Такі вось юбілей быў у бальніцы. Мы рыхтаваліся загадзя да гэтага юбілею, думалі, як будзем яго адзначаць — як будзе весела. А тут вось такое атрымалася. Я не баялася апэрацыі. Я проста ня ведала, што гэта такое. Мо й добра, што ня ведала. У мяне гадоў дваццаць таму была сур'ёзная апэрацыя. Тады неяк болей баялася. Потым ужо пасьля апэрацыі было вельмі балюча».

Шлях Нэлі Халанскай да выздараўленьня пралёг ня толькі праз апэрацыю, але і праз хіміятэрапію ды апраменьваньне. Жанчына прызнаецца, што было цяжка і тады шмат што перадумала:

«Гістэрыка была пасьля першай хіміятэрапіі. Да таго, як мне яе зрабілі, сын у мяне гасьцяваў. Кажа, пайшлі табе парык выберам, каб ты адна

потым не хадзіла. Мы з ім тады паўдня прахадзілі па крамах. Ён мяне тады ўсе парыкі прымусіў памераць. Выбралі такі, які спадабаўся. Пасьмяяліся тады. І вось пасьля першай "хіміі" павылазілі ўсе валасы. Я залезла пад душ, намыліла і ўсе іх "зьняла". Вось тады ў мяне была гістэрыка. Вось тады я сябе пашкадавала. Апраменьваньне чамусьці дужа цяжка пераносіцца. "Хімія" і апраменьваньне цягнуліся амаль два гады. Здавалася тады, каб можна было вярнуць некаторыя моманты, то іначай іх пражыла б. Але ж нічога ня вернецца, якім жыцьцё было, такім і застанецца. Яго трэба зьмяняць цяпер. Я заўжды спагадала людзям, якія хварэюць, але мне цяпер хочацца ўсім дапамагчы, наколькі дазваляюць мае сілы».

Спадарыня Нэлі адзначае, што не абрынуцца ў дэпрэсію, пачуўшы ад мэдыкаў дыягназ «рак», надта цяжка. Невыносна цяжка, кажа, бо гэта хвароба, пра якую стараюцца не казаць. Яе нібыта і няма — яна недзе на ўскрайку захворваньняў. У гутарках яе абмінаюць.

«Само слова гэта страшнае — «рак». Усе баяцца яго і ня дужа хочуць гаварыць на гэтую тэму. Ёсьць хваробы, зьвязаныя з сэрцам — інфаркты, інсульты — пра гэта больш гаворыцца. А вось пра злаякасныя пухліны наагул ня кажуць. Нават публікацыяў на гэтую тэму асабліва няма. Калі цябе гэта закранула, то ты пачынаеш шукаць. Ня кожная жанчына скажа, што ў яе рак. Я сама шмат думала пра гэта —

чаму няма такой адкрытасьці ў гэтым? Мне падаецца, што гэта ўкаранілася здавён, што пра гэта неяк сорамна казаць. Дый балюча пра гэта казаць. А яшчэ, каб не сурочыць: «Я буду расказваць, буду казаць, што мне лепей ужо, а раптам потым стане ўсё кепска».

Ня кожная жанчына скажа, што ў яе рак.

Спадарыня Нэлі зазначае, што вельмі цяжка перажыць і пасьляапэрацыйную рэабілітацыю. Здаецца, кажа яна, што за плячыма засталіся бальнічныя пакуты і чакаеш палёгкі, аднак даводзіцца доўга прызвычаіцца жыць у нязьведаных да хваробы ўмовах. Чалавек пасьля анкалёгіі нібыта нараджаецца наноў:

«Калі ты ляжыш у бальніцы, то побач з табой табе падобныя. Там усе хворыя. А калі выходзіш з бальніцы, то такое адчуваньне, што на цябе ўсе глядзяць. Што такое жанчыне — выдаліць грудзі? У нас жа дужа цяжка з пасьляапэрацыйнай бялізнай — гэтак мовіць — з пратэзамі. Пратэзы, вядома ж, ёсьць, але яны дарагія. У нас ёсьць, напрыклад, цудоўныя францускія, ці нямецкія пратэзы, але ж яны каштуюць амаль два мільёны. Ня кожная наша жанчына наважыцца і за чатырыста тысяч купляць штогод. Мяняць жа трэба — штогод! У нас неяк прыстасоўваюцца — самі сабе робяць пратэзы. Я вось хадзіла ў парыку. Дужа цяжка

прывыкнуць да гэтага. У першы, ці другі год пасьля апэрацыі я б ня стала нават гаварыць на тэму хваробы».

Той, хто прайшоў праз анкалёгію, упэўнена кажа спадарыня Нэлі, неаднойчы запытваў сябе «Чаму ён сярод тых хто захварэў на яе?». А які адказ на гэта пытаньне?

«Кожны ў душы, пэўна, ведае адказ, які ня хоча казаць уголас. Мы ж не без граху. Ці так? Нам жа, відаць, Госпад не аднойчы падказваў у больш мяккай форме: “Не рабі гэтак”. Але, калі ты не разумееш, то мо цяпер зразумееш. Можа тыя, хто разумее, і выжываюць. Я ведаю шмат выпадкаў, калі людзі не выжывалі, хаця маглі выжыць. Тады пачынаеш думаць не пра Чаму, а Дзеля чаго табе дадзеныя Богам гэтыя выпрабаваньні. Думак шмат было перадумана... Падтрымка сям’і, дзяцей, блізкіх — гэта самае галоўнае. Каб табе не нагадвалі толькі пра тваю хваробу. І самой сабе ня трэба рабіць палёгкі: “Я хворая! Рабіце ўсё за мяне, даглядайце за мной!” Гэта да дабра не вядзе!»

Тады пачынаеш думаць не пра Чаму, а Дзеля чаго табе дадзеныя Богам гэтыя выпрабаваньні.

Чаму хворых на рак становіцца ўсё болей? Чаму жанчыны ня могуць уратаваць сябе ад гэтай хваробы? «Жанчыны, кажа спадарыня Нэлі, не прывучаныя хадзіць на рэгулярныя

абсьледаваньні да мэдыкаў. У жанчын на гэта проста не стае часу».

У тым, што жанчыне няма калі за сабой глядзець, вінаватыя мужчыны ці ўсё ж жанчыны, пытаюся ў спадарыні Анастасіі.

«Мужчыны. Яны жывуць у бальшыні сваёй гэтак, як ім зручна. І згадваюць пра жанчыну, жонку, калі нешта здараецца. Сябе шкадуюць — як жа я застануся адзін. Жанчына больш перажывае за дзяцей, мужа. Як пражыць, што купіць? Як казаў адзін лекар: рак сілкуецца нэрвамі».

Мінула больш за шэсьць гадоў ад таго дня, калі Нэлі Халанскай паведамілі, што ў яе рак. Чаму хвароба навучыла і што хоча яна сказаць тым, хто яшчэ праходзіць свой шлях выздараўленьня?

«Пасьля апэрацыі правая рука ня дзейная. Нічога ня можаш рабіць. Нічога не атрымліваецца, а падсьвядомасьць патрабуе нейкай дзейнасьці. Я падчас апраменьваньня пайшла на кампутарныя курсы. Потым я пачала займацца вышыўкай. Паспрабавала шмат розных заняткаў. Толькі, каб не сядзець. Калі сядзіш і нічога ня робіш — якія думкі? Ты ж прыслухоўваесься да сябе. Там кальнула, там забалела. А што будзе далей? А калі ты ў дзейнасьці, занятая нечым, то ўжо для благіх думак няма часу і месца ў галаве. Ужо мінула шэсьць гадоў. Мэдыкі кажуць, што пасьля пяці гадоў вы здаровыя».

У дзіцячым садку Нэлі Халанская адпрацавала дваццаць гадоў. Пасьля хваробы паспрабавала вярнуцца да дзятвы, аднак надоўга не атрымалася.

«Бабруйск — горад невялікі. Амаль усе выхавацелькі ведаюць адна адну. І ўсім было цікава, што ж гэта такое за хвароба. І вось гэтыя пытаньні, а што, а як — для мяне былі непрыемныя. Па-другое, у мяне быў аслаблены імунітэт, і дастаткова было на мяне чхнуць, каб я захварэла. І мае дзеці мне сказалі: «Мама, досыць».

У тыя неспакойныя для Нэлі Халанскай дні нарадзіўся ўнук. Хлопчык надаў яе жыцьцю новы імпульс, і яна наноў акрыяла. Цяпер Нэлі Халанская дапамагае парадамі тым, хто сутыкнуся з ракам. У Бабруйску пры яе ўдзеле ўтварылася група ўзаемадапамогі і псыхалягічнай падтрымкі анкапацыентам. Разам яны вучацца жыць, адольваючы хваробу...

Рэха

Sava, Mensk: Лепш і не казаць усім. Людзі розныя, і неразумных шмат і дрэнна выхаваных. Некаторыя яшчэ павесяць пэўнае кляймо. Казаць трэба толькі тым, хто нечым можа дапамагчы.

Барыс Шаравар
16 гадоў без анкалягічнага рэцыдыву

Апошнія паўтара дзясятка гадоў аршанец Барыс Шаравар лічыць суцэльным днём нараджэньня — хвароба, якая пры канцы 1990-х здавалася пачаткам канца, аказалася пераадольнай. Дзеля гэтага ён пераспрабаваў як звыклыя, так і альтэрнатыўныя мэтады ратаваньня. З Барысам Шараварам сустрэўся ***Ігар Карней****.*

Барыс Уладзімеравіч кажа, што да 50-гадовага юбілею ўсе фізычныя нягоды яго абміналі: спачатку загартоўваўся ў тэрмічным цэху, потым — на халоднай расейскай Поўначы. Таму закладзенасьць носа ўспрыняў як выдаткі ўзросту. Аднак насмарк ня зьнік нават з заканчэньнем эпідэмічнага сэзону:

«Пачалося з таго, што адчуў — перастаў дыхаць нос, не праходзіць паветра. Ну, і што рабіць? Цячэ пастаянна, льецца вадкая вадзічка. Даводзілася нават рэзаць жаночыя тампаксы, затыкаць. Зьвярнуўся да лекара, зрабілі чатыры апэрацыі на выдаленьне паліпаў, але неўзабаве высьветлілася, што гэта зусім ніякія не паліпы. Карацей, заявілі, што лячыцца мне давядзецца доўга і настойліва. І яшчэ ня факт, што пасьпяхова. Спрабавалі самыя розныя спосабы: і вядомы многім мэтад Шаўчэнкі, і нават знахарства. Вельмі хацелася вылечыцца. І вось, дзякуючы ўсім стараньням (а можа, проста лёс такі) зноў стаў на ногі і паўтара дзясятка гадоў жыву бяз гэтай заразы. Нават больш — ужо 16 гадоў».

Шокавая навіна пра анкалягічную хваробу засьпела Барыса Шаравара ў той час, калі пасьля выхаду на пэнсію са шкоднай вытворчасьці Аршанскага інструмэнтальнага заводу ён працаваў на расейскай Поўначы, абслугоўваў тэхніку на нафтавых радовішчах у Цюменскай вобласьці. Агучаны дыягназ — захворваньне правай гаймаравай пазухі носа, трэцяя, перадапошняя, стадыя раку:

«Я працаваў на Поўначы, вахтавым мэтадам. Вядома, пры такой хваробе розныя думкі ў галаву лезуць, зусім не аптымістычнага характару. Таму разумеў, што з працай, якая давала прынамсі стабільны прыбытак, мабыць, давядзецца разьвітацца. Хоць да таго рытму ўжо прызвычаіўся: спачатку на адной працы больш за тры гады адпрацаваў, амаль столькі ж на іншай. Гадоў шэсьць запар усё па вахтах — месяц там, потым месяц дома. У асноўным быў рамонт і абслугоўваньне аўтамабіляў КрАЗ. Пасьля апэрацыі ўжо не паехаў. Але перад тым, як мне прапанавалі легчы ў шпіталь, яшчэ цягам году завяршаў свае справы, наіўна спадзеючыся, што “само пройдзе”. А ўжо калі зусім прыперла, давялося ўсё кінуць. І больш на вахту, як ужо казаў, не паехаў».

Родныя з трывогай назіралі, як яшчэ малады муж, бацька і дзед мяняецца зьнешне. Нават цяпер, праз 15 гадоў, ён выглядае нашмат палепшанай копіяй хворага папярэдніка. Народныя мэтады заўважнага эфэкту не давалі, таму

давялося пагаджацца на апэрацыйнае ўмяшаньне. І хоць за даўнасьцю цяжка скласьці мазаіку тых падзеяў у адзінае цэлае, але, як згадвае былы пацыент Бараўлянаў, набор сродкаў быў стандартны:

«Спачатку, мабыць, хіміятэрапія, потым апраменьваньне. Заняло гэта агулам месяцы два з паловай. Потым быў невялічкі адпачынак, дзён на 10, а затым уласна апэрацыя. Пасьля апэрацыі ўсё зноў паўтарылася — хіміятэрапія, апраменьваньне. А потым, праз колькі месяцаў, як прыехаў на чарговае абсьледаваньне, нічога трывожнага ўжо не знайшлі. Ці трэба казаць, як удала ўсё для мяне склалася?»

Спадар Барыс кажа, што наагул яму пашанцавала з камандай лекараў.

«Безумоўна, пашчасьціла, што трапіў менавіта да таго доктара — няхай ён мне даруе, што ўжо не згадаю яго прозьвішча. Але гэта вельмі дасьведчаны спэцыяліст, бо зрабіў апэрацыю, нават не пашкодзіўшы твар. Высакаклясная праца, інакш ня скажаш. Я магу параўноўваць, бо мы ўвесь час ішлі паралельна з маладым хлопцам гадоў 25, у якога было ўсё тое самае. Але падчас апэрацыі ў яго атрымалася ўсё ня так удала, і праз два месяцы, калі я прыехаў на абсьледаваньне, яго амаль не пазнаў. То бок усё пайшло не на зажыўленьне, а наадварот. Відаць, рэцыдыў нейкі. Хоць абсалютна аднолькавыя хваробы — толькі ў мяне з аднаго боку твару, а ў яго з другога. Таму лічу, што

ў немалой ступені залежыць ад дасьведчанасьці лекара».

Паводле прызнаньня Барыса Шаравара, аддзяленьне пухлінаў галавы і шыі — адно з самых цяжкіх і страшных ва ўсёй анкалёгіі. Таму ён бязьмежна рады, што ўдалося адтуль вырвацца ня толькі жывым, але і «цэлым»:

«У кагосьці паўтвару няма. Калі апэрацыя на горле — харчаваньне толькі праз трубачку, толькі вадкае. У каго галасавыя зьвязкі выразаныя — не размаўляюць. Вядома, страшна на ўсё нават глядзець, ня кажучы пра тое, каб там апынуцца. Але давялося праз гэта ўсё прайсьці. Дарэчы, жывуць такія пацыенты, з трубкамі ва ўсіх частках цела, як правіла, нядоўга. Лекары самі адводзяць ім 5 гадоў па верхняй плянцы, паводле іхных разьлікаў — гэта самы добры варыянт. Хоць мне і ўдалося нейкія стандарты зламаць. У маім выпадку прагнозы таксама былі ня самыя суцяшальныя. Казалі так: 50 на 50. Фактычна — як атрымаецца, як карта ляжа. Хвароба з шэрагу абсалютна непрадказальных — ніхто ж ня ведае, як яна сябе павядзе. У мяне, прыкладам, прыяцель за тры месяцы згарэў. Нічога быццам не адчуваў, працаваў, а праз тры месяцы яго ня стала».

Пасьля паўгода працэдураў і назіраньняў з пацыентам Шараварам у Бараўлянах разьвіталіся стрымана — у цалкам здаровых людзей, якія перажылі анкалягічнае захворваньне, ня вераць нават лекары. Праўда, выпіска

ад 1 чэрвеня 1998 году сьведчыць пра асьцярожны аптымізм: падставаў для рэцыдыву няма. І сапраўды: больш ён там і не зьяўляўся:

«Абсалютна ніхто ня мог сказаць, чым гэта ўрэшце можа скончыцца. Пасьля гэтых умяшаньняў адразу далі II групу інваліднасьці, паставілі ў Воршы на ўлік да анколяга, да якога кожны месяц мусіў наведвацца. Прынамсі адзначацца. Але праз нейкі час самаадчуваньне пастулова пайшло на паляпшэньне. Што дапамагло? Нават не магу сказаць. Увесь гэты час дома я праходзіў курс па мэтодыцы Шаўчэнкі — гарэлка з алеем: некаторы час п'еш, потым адпачываеш, пасьля зноў ужываеш. Не магу сьцьвярджаць, што яно дапамагло, але, мне падаецца, аблягчыла стан. Зноў жа, калі параўноўваць з тым маладым хлопцам, у мяне гэта прайшло нашмат лягчэй. Таму, можа, у чымсьці і паспрыяла, складана сказаць. Хоць лекары ў адзін голас і заяўлялі — маўляў, усё бессэнсоўна — магчыма, некаму ўсё ж дапамагае. Зразумела, мэдыкі ня могуць прызнаць нейкую альтэрнатыву. Але як тапелец хапаецца за саломіну, дакладна гэтак жа за ўсё хапаецца хворы».

Зразумела, мэдыкі ня могуць прызнаць нейкую альтэрнатыву. Але як тапелец хапаецца за саломіну, дакладна гэтак жа за ўсё хапаецца хворы.

Барыс Шаравар нарадзіўся ў 1946 годзе ва Ўкраіне пад Палтавай, дзе ў паваенныя гады панаваў жахлівы голад. Бацькі з 6-месячным сынам уцякаюць ад нястачы ў Беларусь. Ня маючы ніякай сваяцкай зачэпкі, урэшце асядаюць у вёсцы Канстанцінава Сьвірскага раёну. Як кажа суразмоўца, усё далейшае ягонае жыцьцё зьвязанае зь Беларусьсю, ва Ўкраіне за гэты час быў усяго некалькі разоў.

Дзякуючы блізкасьці да Літвы, пасьля 7-й клясы паступіў на сьлесара-інструмэнтальшчыка ў чыгуначную вучэльню ў Вільні. Год пасьля заканчэньня пасьпеў адпрацаваць на заводзе электразварачнага абсталяваньня, дзе, сярод іншага, выраблялiся вядомыя ў Саюзе пыласосы Saturnas. А пасьля на тры гады быў мабілізаваны ў войска — у Львоўскі памежны атрад. Як дазналіся, што мэталіст, паслалі вучыцца на збройнага майстра ў Тулу. Пасьля 9 месяцаў пасьпяховага авалодваньня спэцыяльнасьцю як выдатніка ўганаравалі службай у Нямеччыне — у раскватараваным паблізу Бэрліну палку аховы амбасадаў, спэцустановаў і суправаджэньня каштоўных грузаў.

Пасьля арміі жыцьцё прывяло ў Воршу, якая фармавалася як буйны індустрыйны вузел. Бацькі на той час ужо былі ў разводзе: маці пераехала ў Літву, у вёску на мяжы зь Беларусьсю, бацька атабарыўся якраз у Воршы. А яшчэ адна з прычынаў, напаўжартам кажа спадар Барыс — што дзяўчат было шмат: на мясцовы

льнокамбінат зьяжджаліся ахвотніцы з усёй Беларусі. Тут неўзабаве знайшоў сваю спадарожніцу Людмілу, зь якой яны разам амаль 45 гадоў. Сам уладкаваўся на інструмэнтальны завод:

«Ня ведаю, магчыма, хвароба зьвязаная з маёй вытворчай дзейнасьцю. Не абавязкова ў Воршы, а і падчас працы на вахце. Я там займаўся наклёпкай і праточваньнем калодак, а гэта асбэст, небясьпечны сам па сабе матэрыял. А як увесь час удыхаў, то, можа, у носе нейкія працэсы і пачаліся. Ніхто ж гэтага цяпер не дакажа. У Воршы таксама была шкодная вытворчасьць, з чаго я ў 50 гадоў і пайшоў на пэнсію. Інструмэнтальны завод — так званая "тэрмічка", тэрмацэх. Там вельмі высокія тэмпэратуры ў печах, каб награваць ванны для расплаву. Значыць, стаіць тэрміт, у адной ваньне салетра, нагрэтая да 860 градусаў, у другой ваньне расплаў 1200 градусаў, і, нарэшце, ванна на 650 градусаў. То бок трэба было дэталь нагрэць у адной ваньне, перанесьці ў другую, астудзіць у трэцяй — і наперад. Тоны мэталу за зьмену "пераварвалі". Потым, праўда, майстрам працаваў. З аднаго боку, лягчэй, бо фізычна ня так напружваесься. Але з другога — нашмат большая адказнасьць».

Барыс Уладзімеравіч кажа, што інструмэнтальны завод згадваецца ня толькі працай «ад званка да званка», але і насычанай грамадзкай дзейнасьцю. З асаблівай асалодай згадвае

дзесяцігодзьдзе працы ў гуртку тэхнічнага мадэляваньня — некаторыя працы прэтэндавалі без малога на адкрыцьці:

«Паралельна, калі працаваў на інструмэнтальным заводзе, па вечарах у Палацы культуры льнокамбінату я вёў гурток тэхнічнага мадэляваньня. Магу пахваліцца, што мы займалі зь дзецьмі прызавыя месцы па рэспубліцы. Спачатку было мадэляваньне прататыпаў, а пазьней пачалі рабіць нават мікраматацыклы, сьнегаходы. То бок паступова ўдасканальваліся, бо хлопцы падрасьлі, і займацца "драбязой" ім ужо было нецікава. А як захварэў, то ўсё неяк спынілася. Нават калі яшчэ паехаў на вахту, і тое было складана — месяц мяне няма, за гэты час вучні расхалоджваюцца. А тут — тым больш. Усё ж рады, што больш за 10 гадоў пашчасьціла займацца сапраўднай творчасьцю. Адкрыцьцё не адкрыцьцё, але розныя цікавыя машынкі рабілі. Адна была нават крокавая — не на колах, а з "нагамі". Вось яна другое месца заняла на рэспубліканскай выставе. Далі, памятаю, фотаапарат».

Пасьля выздараўленьня Барыс Шаравар прысьвяціў сябе сям'і і прыродзе. У 50 гадоў, як быў пастаўлены дыягназ, жыцьцё толькі набірала абароты — незадоўга да гэтага выйшла замуж дачка, нарадзілася першая ўнучка, потым другая. Толькі 15 гадоў было сыну, якому ў складаным пераходным узросьце была патрэбная бацькава падтрымка. Тады яшчэ

небеспадстаўна спадзяваўся, што вахтавая праца на радовішчах дапаможа годна жыць ва ўмовах татальнага дэфіцыту сярэдзіны 1990-х, але ў адзін момант усё было перакрэслена. На шчасьце, не назаўсёды, хоць вярнуцца ў былое рэчышча так і не ўдалося.

Дачка і сын ужо дарослыя, маюць свае сем'і. Гадуюцца чатыры ўнучкі, якія радасна чакаюць дзеда ў госьці. А сам спадар Барыс фактычна па паўгода праводзіць з вудай на возеры. Ён перакананы, што станоўчае ўзьдзеяньне прыроды на чалавека пераацаніць цяжка, таму кожную вольную гадзіну стараецца быць у лесе ці пры вадзе. Сплавы на байдарках, актыўныя падарожжы, якія былі ў маладосьці, цяпер замяніла больш разважнае баўленьне часу — рыбалка, грыбы, шпацыры:

«Вядома, значэньне прыроды вялізнае. Рыбалка ёсьць рыбалка: гэта і хобі, і захапленьне, і магчымасьць проста падумаць. Можна і не злавіць рыбу, не абавязкова, каб яна была ў садку. Галоўнае, што птушкі сьпяваюць, стракозы лётаюць.

Глядзіш на ўсё, радуесься. Не прымаю здабыўную рыбалку — донкі, іншае, калі сядзіш носам у зямлю. А тут усё перад табой. Дарэчы, рыбу фактычна ня ем. Калі сын быў меншы, шмат гулялі па лесе. З жонкай дагэтуль кожны год выяжджаем на адпачынак на возера — дзякуй Богу, у нас месцаў хапае. Мы ж прыроджаныя турысты, бо, у прынцыпе, зь ёй такім

чынам і пазнаёміліся — на турзьлётах, у паходах. Фактычна паўгода праводжу на прыродзе — як сьнег сыдзе і да сьнегу наступнага. Вось і гэтым летам на рыбалку выбіраўся амаль кожны дзень — можа, раз-два на тыдзень толькі ня езьдзіў. Жонка таксама любіць лавіць, праўда, толькі летась "прыручыў", бо дагэтуль аніяк — маўляў, усяму свой час. Вось настаў і для яе. Абавязкова выяжджаем у грыбы. Ягады зьбіраць не хачу, бо занадта шмат важданіны, а вось рыбалка, грыбы — справа іншая. Так што прыроду люблю».

Што спрыяе такой колькасьці хворых на рак у Беларусі? На хваробу, якая апошнім часам не шкадуе ні старых, ні малых? Якая роля ў гэтым Чарнобылю? Мой суразмоўца трымаецца наступнага меркаваньня:

...падаецца, што межаў для гэтай хваробы сапраўды няма.

«Наўрад ці хто гэта дакладна ведае. Цяжка сказаць, што гэта і адкуль бярэцца. Цалкам магчыма, што Чарнобыль таксама паўзьдзейнічаў (што не паспрыяў здароўю — дык гэта дакладна). Хоць пры мне ляжалі хворыя зусім ня з тых раёнаў, якія, як лічылася, найбольш пацярпелі ад радыяцыі. Прынамсі, з Гомельскага рэгіёну там людзей увогуле не было, бо ў іх свая клініка ёсьць. Гэта я яшчэ неяк туды патрапіў, віцебскі, бо ў Віцебску свайго сківічна-тваравага

аддзяленьня не было. А так пераважна ляжалі менскія ці з вобласьці. Здавалася б, яны адкуль гэтай заразы набраліся? Але падаецца, што межаў для гэтай хваробы сапраўды няма. Цяпер практычна ў кожным рэгіёне свае спэцыялізаваныя аддзяленьні».

Як кажа Барыс Шаравар, уражвала, што кожны хворы практычна да канца чапляўся за магчымасьць жыць, не зьбіраючыся капітуляваць. Нават калі было зразумела, што шанцы на ўратаваньне мізэрныя:

«Можна толькі зьдзіўляцца гэтым людзям, якія да самага канца змагаюцца. Чалавек есьць праз трубачку, праз такую самую ходзіць у прыбіральню, але караскаецца, чапляецца. Мне самому гэтае пачуцьцё вельмі знаёмае. Увогуле, неперадавальнае відовішча: ежа ў шпрыцы, і чалавек проста запампоўвае сабе ежу ў страўнік праз трубачку. Прычым трубачка можа быць нават ня ў горле, а дзесьці ў баку. І ён такім чынам харчуецца. Так моцна людзі хочуць жыць. На маёй памяці не было ніводнага, пра каго б я сказаў, што ён капітуляваў. Усе стараліся перамагчы гэтую хваробу...»

Так моцна людзі хочуць жыць. На маёй памяці не было ніводнага, пра каго б я сказаў, што ён капітуляваў. Усе стараліся перамагчы гэтую хваробу...

Барыс Шараваp невядома якой сілай, але хваробу адолеў. І, як кажа сам, расслабіўся да такой ступені, што яшчэ дзясятак гадоў таму вярнуўся да дрэннай звычкі — курэньня.

Рэха

Тамара: Дзякуй Богу, што цяпер у чалавека усё добра. Нават страшна чытаць, праз што яму прышлося прайсьці. Жадаю і найдалей заставацца аптымістам.

Не прысуд, а дыягназ

Павал Маісееў,
загадчык аддзелу
арганізацыі
супрацьракавай
барацьбы
Рэспубліканскага
цэнтру анкалёгіі і
мэдычнай радыялёгіі
імя М. Аляксандрава

Першая думка, якая зьявілася пасьля прачытанага — яшчэ дзесяць, нават пяць гадоў таму такое проста нельга было ўявіць, каб людзі ў нашай краіне публічна, не хаваючыся, распавядалі пра сваю хваробу, пра «чуму 21 стагодзьдзя — рак» ...

Другое ўражаньне, ужо больш рацыянальнае, чым эмацыйнае: колькі ж яшчэ застаецца мітаў і домыслаў, зьвязаных з гэтым захворваньнем.

Несумненна, тое, што сёньня ўздымаюцца і абмяркоўваюцца на розных форумах, у СМІ пытаньні такога складанага сацыяльнага і псыхалягічнага характару — сьведчаньне таго, што велізарная (часьцей за ўсё непрыкметная) супольная праца лекараў-анколягаў, псыхолягаў, анкалягічных пацыентаў і

іх родных па пераадоленьні інфармацыйнага вакуўму, стала прыносіць відавочныя вынікі.

Аднак, разам з пачуцьцём задаволенасьці прыходзіць і разуменьне таго, наколькі важна правільна дзяліцца сваімі адчуваньнямі, даваць парады, спрабаваць шукаць прычыны ўзьнікненьня пухліны і ацэньваць удзел розных фактараў у пераадоленьні хваробы.

Першае, што «чырвонай ніткай» праходзіць практычна праз усе аповеды — гэта сувязь частаты злаякасных новаўтварэньняў у Беларусі з катастрофай на Чарнобыльскай АЭС. Ніхто не аспрэчвае шкоднага ўплыву радыяцыі, але і зводзіць усё толькі да гэтай праблемы — абсалютна няслушна, бо на сёньня даказаная толькі наўпроставая сувязь паміж выкідам радыеактыўнага ёду падчас аварыі і ростам захворваньня на рак шчытападобнай залозы. Тут наогул дарэчы сказаць, што ніякай выключнай сытуацыі ў галіне анкалягічных захворваньняў у нашай краіне няма — яна прыкладна такая самая як у нашых суседзяў, так і ў Эўропе ў цэлым. Усюды адзначаецца няўхільны рост захворваньня на рак. Беларусь уваходзіць у групу краінаў з прыкладна сярэднімі па Эўропе ўзроўнямі захворваньня, а найбольш высокія зь іх — ў Францыі і Даніі (пагадзіцеся, досыць далёка ад Чарнобылю). У першую чаргу гэта зьвязана са старэньнем насельніцтва,

павелічэньнем сярэдняй працягласьці жыцьця. Вобразна кажучы, чым даўжэй чалавек жыве, тым болей у яго шанцаў захварэць на рак. Іншы складнік — лад жыцьця, харчаваньне, шкодныя звычкі, уплыў навакольнага асяродзьдзя, стрэс. Даволі часта перш чым шукаць прычыну «За што мне гэта?» ці «Чаму менавіта я?», варта адказаць на пытаньне «А што я зрабіў, каб не захварэць?»

У гэтым самым кантэксьце варта адзначыць яшчэ адзін станоўчы момант ад такіх публікацый: людзі пачынаюць цікавіцца праблемай ракавых захворваньняў, пазнаюць нешта новае для сябе, кажучы мэдыцынскай мовай, павышаюць сваю «анкалягічную пісьменнасьць». Тут абсалютна дарэчны прынцып: «Хто інфармаваны — той узброены!» Дарэчы, праблема недахопу ведаў у галіне анкалёгіі — бяда ня толькі пацыентаў, іх родных і знаёмых, але часта і лекараў, непасрэдна не зьвязаных з гэтай галіной мэдыцыны.

Вельмі важна, што практычна ва ўсіх гісторыях уздымаецца пытаньне веры: у Бога, у жыцьцё, у лекараў, у выздараўленьне. Бязь веры і надзеі на лепшае, у посьпех лячэньня вельмі цяжка дасягнуць станоўчага выніку нават пры зьбегу спрыяльных абставінаў. І калі ў шпіталі пацыенты знаходзяцца ў тым асяродзьдзі, дзе гэтая вера, вобразна кажучы, культывуецца, то пасьля выпіскі, застаючыся

сам-насам з хваробай, многія зь іх яе страчваюць. Менавіта таму так важна стварэньне сыстэмы (менавіта сыстэмы) сацыяльна-псыхалягічнай дапамогі, рэабілітацыі анкалягічных пацыентаў, у якой павінны быць задзейнічаны і лекары, і псыхолягі, і прэса, і грамадзкасьць. Толькі такім чынам, зьмяніўшы стаўленьне грамадзтва як да самой праблемы раку, так і да пацыентаў, можна зламаць стэрэатыпы, якія складваліся гадамі, і зацьвердзіць прынцып «Рак не прысуд, а дыягназ!»

Каб пацьвердзіць гэта, магу прывесьці некаторыя дадзеныя па выжывальнасьці пацыентаў (у анкалягічнай практыцы за пункт адліку прыняты пяцігадовы тэрмін назіраньня). Да прыкладу, пры раку вуснаў пяцігадовая выжывальнасьць у цэлым складае амаль 85% , хваробы Ходжкіна — 77% , раку ныркі — 65%, шчытападобнай залозы — 97% , малочнай залозы — 72%. Вялікае значэньне мае своечасовасьць пастаноўкі дыягназу, звароту да лекара і пачатку лячэньня. Пры I–II стадыях хваробы вынікі лячэньня і, адпаведна, выжывальнасьць значна лепшыя, чым пры больш позьніх стадыях. Акрамя таго, само лячэньне нашмат прасьцейшае, часта абмяжоўваецца толькі хірургічным умяшаньнем, без ужываньня прамянёвай і/або хіміятэрапіі. Дарэчы, пра хіміятэрапію, пра якую столькі гаворыцца ў расказаных гісторыях. Сапраўды, некаторыя

схемы пераносяцца цяжка, з выяўленымі пабочнымі рэакцыямі. Але іншага выбару няма, трэба гэта дакладна разумець, часам добра выкананая апэрацыя без дадатковага лячэньня ня мае сэнсу. Варта прызнаць, што рэабілітацыя пацыентаў падчас правядзеньня хіміятэрапіі і пасьля яе разьвіта яшчэ недастаткова. З адтэрмінаваным эфэктам хімія- ці прамянёвай тэрапіі зьвязаная яшчэ адна памылка: аб эфэктыўнасьці розных народных спосабаў і зёлак. На самой справе сытуацыя досыць простая: зрабілі апэрацыю, правялі некалькі курсаў хіміятэрапіі (а часьцяком і без апэрацыі), выпісалі дадому на фоне цяжкіх таксычных праяваў. Дома пачынаецца прыём розных народных сродкаў, настояў зёлак, у выніку праз два тыдні арганізм аднаўляецца і гэта супадае па часе зь лячэбным эфэктам хіміятэрапіі... Вось і атрымліваецца, што людзі вылечваюцца і жывуць з-за таго, «што садзяцца на зёлкі». Безумоўна, ёсьць карысныя для арганізму зёлкі. Але ўсё павінна быць вельмі дазавана і акуратна. Вельмі часта людзі пачынаюць прымаць яды, бэнзін, мачу і да т. п. Колькі я бачыў людзей, у якіх адмаўлялі ныркі, печань пасьля такога «лячэньня», і тых, хто на гэтым страціў каштоўны час, прыходзіў і прасіў дапамагчы, а ўжо нічога нельга было зрабіць...

Дэфіцыт хіміяпрэпаратаў: так, сапраўды бываюць перабоі, але ў асноўным (асабліва

стандартныя прэпараты) — практычна заўсёды прысутнічаюць. Іншая справа, калі сваякі хацелі купіць арыгінальнае лекі, а не «джэнэрык». Акрамя таго, хіміяпрэпаратаў у аптэках не прадаюць, для беларусаў яны бясплатныя. Магчыма, гаворка ішла пра лекі, якія падтрымліваюць арганізм, ці проціврвотныя прэпараты, ці пра іншыя лекі, тады іншая справа. Але гэта цяпер, магчыма гадоў 5–10 таму штосьці і даводзілася купляць...

І яшчэ аб адным аспэкце, навеяным расказанымі гісторыямі, не магу не згадаць. Часам людзі, якія з посьпехам прайшлі лячэньне, пражыўшы некаторы час здаровымі, губляюць пачуцьцё пільнасьці, забываюць пра каварства злаякаснай пухліны, пра тое, што бываюць рэцыдывы і новыя пухліны, вяртаюцца (а часам і не мяняюць яго) да таго ладу жыцьця, які вялі да хваробы. «Вар'яцтву сьмелых пяем мы песьні...» Рак не цярпіць ніякіх патураньняў і адступленьняў — гэта трэба памятаць заўсёды!

Падсумоўваючы, магу толькі пажадаць здароўя і дабрабыту ўсім героям і тым, хто ўзяў самы непасрэдны ўдзел у іх лёсе: лекарам, мэдсёстрам, родным, знаёмым і незнаёмым людзям, якія падтрымлівалі і падтрымліваюць іх. Толькі аб'яднаўшы намаганьні, толькі навучыўшыся памяркоўнасьці адно ад аднаго, можна разьлічваць на далейшы прагрэс у барацьбе з такой грознай хваробай, як рак.

Пасьля раку — жыцьцё!

Ганна Соўсь,
каардынатар
і рэдактар праекту
«Жыцьцё пасьля раку»

Жыцьцё перад тварам сьмерці. У адрозьненьне ад пісьменьнікаў ня часта журналістам даводзіцца распрацоўваць гэтую тэму. Праект «Жыцьцё пасьля раку» як раз пра гэта. Гэта гісторыі анкалягічных пацыентаў, якія ўсьвядомілі, што сьмерць можа быць блізка, але іх жыцьцё ў такой сытуацыі набывае іншы сэнс.

У траўні 2013 году ў перадачы «Свабода бяз гальштукаў» на тэму «Як гаварыць пра рак?» старшыня рады Беларускай арганізацыі працоўных жанчын Ірына Жыхар расказала, як яе запрасілі паўдзельнічаць у перадачы тэлеканалу ОНТ, прысьвечанай анкалягічным хваробам, і рэдактары прызналіся, што яна аказалася адзінай, хто пагадзіўся публічна расказаць пра сваю хваробу.

Я тады падумала, а чаму б не паспрабаваць зьмяніць сытуацыю? У амэрыканскую газэту

«New York Times» некалькі тысяч чалавек даслалі свае гісторыі пасьля раку для праекту Your Life After Cancer (Ваша жыцьцё пасьля раку). У Беларусі каля 250 тысяч чалавек маюць анкалягічны дыягназ. «95% людзей хаваюць тое, што яны хварэюць на рак. Але калі хто памрэ, ведае паўгорада. А тое, што ён лячыўся 10 гадоў, ня лічыцца. З тысячы хворых на рак шчытападобнай залозы летась памерла сем чалавек. У нас маса пацыентаў, якія вылечыліся», — казаў галоўны лекар Менскага анкадыспансэру Ўладзімер Каранік.

Няўжо ў Беларусі так мала людзей, якія вылечыліся ад раку і якія могуць расказаць пра гэта, падзяліцца каштоўным досьведам? Гэта быў выклік, які нельга было не прыняць...

Напачатку я паглядзела, як адлюстроўвалася анкалягічная тэма ў беларускіх мэдыях. Выглядала, на мой погляд, досыць пэсымістычна. Статыстыка да розных датаў, кожны трэці нэкралёг зьвязаны з ракам, рэдкія інтэрвію з анколягамі і поўна інтэрпрэтацый пра чарнобыльскі складнік у беларускай сытуацыі. Хаця, як кажуць аўтарытэтныя беларускія анколягі, колькасьць анкалягічных захворваньняў цяпер у Беларусі прыкладна такая самая, як у эўрапейскіх краінах. Рак у пэўнай ступені — цывілізацыйная хвароба, зьвязаная сярод іншага і з павелічэньнем працягласьці чалавечага жыцьця.

У Беларусі традыцыйна людзі хаваюць, што яны маюць анкалягічныя хваробы, і дыягназ «рак» успрымаецца многімі як прысуд. Мэтай гэтага праекту было зьмяніць гэты стэрэатып і расказаць пра людзей, якія перамаглі хваробу і лічаць, што гэтае выпрабаваньне зьмяніла і ўдасканаліла іх жыцьцё.

Напачатку многія паглядзелі на такую ідэю скептычна. І найперш, з пункту гледжаньня выкананьня. Меркавалася, што калі зможам пераканаць расказаць пра сябе хаця б пяцьшэсьць чалавек, то гэта будзе вялікім посьпехам.

Аказалася таксама, што цяжка гаварыць на гэтую тэму ня толькі хворым, але і здаровым. У тым ліку — прафэсійным журналістам. Некаторыя лічылі некарэктным гаварыць з анкалягічнымі хворымі пра рак, нібыта са сьмяротнікамі: «Неэтычна...» Некаторыя баяліся сурочыць: «Ня трэба чапаць гэтую тэму, гэтых людзей, гэтую хваробу, каб чаго ня выйшла...» Некаторыя проста не хацелі павялічваць боль: «Навошта verадзіць незагойную рану, калі ўсё роўна не дапаможам...»

Памыліліся ўсе. У выніку аказалася, што зь верасьня 2013 году да лютага 2014 году ня пяць, а 22 чалавекі падзяліліся сваімі гісторыямі жыцьця пасьля раку. Кожны тыдзень на сайце і ў эфіры зьяўлялася новая гісторыя, якую актыўна камэнтавалі наведнікі сайту

Свабоды, і частка гэтых водгукаў прысутнічае ў кнізе.

Зьмяніць традыцыю было, вядома, ня так проста. Я шукала герояў для «Жыцьця пасьля раку» паўсюль, зьвярталася да людзей праз Фэйсбук, вяла даўгую перапіску з патэнцыйнымі героямі, і шмат хто адмаўляўся гаварыць альбо прасіў пачакаць. На другі-трэці месяц стала лягчэй. Адны героі праекту рэкамэндавалі іншых, вялікая частка гісторый — гэта ўдзельнікі групаў падтрымкі анкапацыэнтаў зь Менску, Смаргоні, Клічава і Бабруйску.

Сярод герояў «Жыцьця пасьля раку» — музыка, банкір, клоўн, палітычны актывіст, тэатральны крытык, настаўніца ангельскай мовы, сьвятар, пэнсіянэр... Гэта людзі розных узростаў, інтарэсаў, перакананьняў, сацыяльных статусаў. Нашы карэспандэнты Алесь Асіпцоў, Алесь Дашчынскі, Аляксандра Дынько, Аляксей Знаткевіч, Ігар Карней і Іна Студзінская ўмелі слухаць і запісваць гісторыі герояў «Жыцьця пасьля раку».

...Кожнага з нас можа напаткаць анкалягічная хвароба. Ніхто не застрахаваны. Як мы будзем яе ўспрымаць? Як прысуд, як трагедыю, як канец жыцьця? Альбо як выпрабаваньне, як магчымасьць пераасэнсаваньня, іншай расстаноўкі жыцьцёвых прыярытэтаў і каштоўнасьцяў? Героі праекту «Жыцьцё пасьля

раку» шчыра расказалі нам свае гісторыі і падзяліліся сваім досьведам.

Галоўны вынік праекту «Жыцьцё пасьля раку» на Свабодзе — рэальныя галасы надзеі, жывая сіла салідарнасьці і сапраўдная практыка перамогі.

Паказьнік асобаў

Summary

”Life After Cancer” is a book about cancer survivors and their triumphant and instructive journeys back to health.

Over 250,000 Belarusians are living with oncological disease and, in conjunction with global trends, the numbers are growing annually.

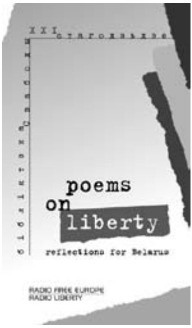
Most Belarusians are reticent about their diagnoses, often considering them an automatic death sentence. ”Radio Svaboda” sought to dispel this misconception by focusing on those who not only prevailed over the disease but also learned some valuable and inspiring life lessons in the process.

Among the 22 subjects of this volume are a musician, banker, circus clown, political activist, theater critic, teacher, priest, editor and pensioner. They are people of different ages, backgrounds, interests, convictions and social status. Several belonged to cancer support groups in such Belarusian cities as Minsk, Smarhon, Klichau and Babrujsk. All speak candidly about their experience and offer powerful testimony to the fact that cancer is often only a diagnosis and not a death sentence.

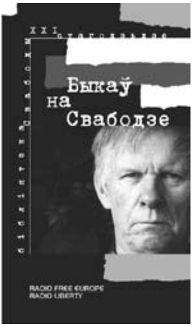
«Бібліятэка Свабоды. XXI стагодзьдзе» — кніжны праект Беларускай службы Радыё Свабода. Чытайце ў інтэрнэце: **www.svaboda.org**

Верш на Свабоду.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2002. — 464 с.

Дарога праз Курапаты.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2002. — 464 с.: іл.



Poems on Liberty: Reflections for Belarus.
Пераклады Веры Рыч.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2004. — 312 с.



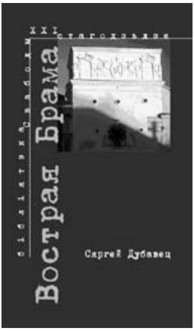
Быкаў на Свабодзе.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2004. — 536 с.: іл.

Быкаў на Свабодзе.
Збор выступаў клясыка беларускай літаратуры ў этэры Радыё Свабода. Аўдыёдыск.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2004.

Дуліна ад Барадуліна.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2004. — 254 с.: іл.

Аляксандар Лукашук.
Прыгоды АРА ў Беларусі.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2005. — 500 с.: іл.

Быкаў на Свабодзе.
2-е выд., дапоўненае.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2005. — 662 с.: іл.



Сяргей Дубавец.
Вострая Брама.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2005. — 520 с.

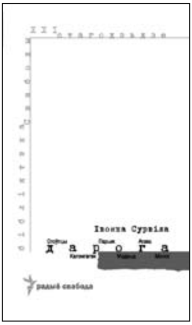
Вячаслаў Ракіцкі.
Беларуская Атлянтыда.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2006. — 504 с.: іл.

Плошча, 19.03—25.03.2006.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2006. — 400 с.: іл.

Вінцэсь Мудроў.
Альбом сямейны.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2007. — 232 с.: іл.

Начная чытанка. 50 аўтараў з этэру Радыё Свабода. Мультымэдыйны дыск. Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2007.

Уладзімер Арлоў. **Імёны Свабоды.** Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2007. — 576 с.: іл.



Івонка Сурвіла. **Дарога. Стоўпцы – Капэнгаген – Парыж – Мадрыд – Атава – Менск.** Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2008. — 144 с.: іл.

Пётра Садоўскі. **Мой шыбалет.** Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2008. — 426 с.: іл.

Начная чытанка 2. 50 аўтараў з этэру Радыё Свабода. Мультымэдыйны дыск. Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2009.

Адзін дзень палітвязьня. Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2009. — 364 с.: іл.

Юры Дракахруст.
Акцэнты Свабоды.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2009. — 430 с.: іл.

Сяргей Дубавец.
Як? Азбука паводзінаў.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2009. — 252 с.: іл.

Міхась Скобла.
Вольная студыя.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2009. — 554 с.: іл.

Барды Свабоды.
Зборнік гутарак і песень 50 удзельнікаў аднайменнай перадачы Радыё Свабода. Мультымэдыйны DVD-дыск.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2010.

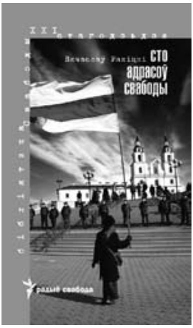
Васіль Быкаў. Доўгая дарога дадому.
Чытае аўтар. Мультымэдыйны дыск.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2010.

Вячаслаў Ракіцкі.
Беларуская Атлянтыда. Кніга другая.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2010. — 352 с.: іл.

Сто бардаў Свабоды.
Зборнік гутарак і песень 100 удзельнікаў перадачы «Барды Свабоды». Мультымэдыйны DVD-дыск.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2011.

Галіна Руднік.
Птушкі пералётныя.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2011. — 192 с.: іл.

Галасы Салідарнасьці.
Міжнародная падтрымка беларускай дэмакратыі. Мультымэдыйны DVD-дыск.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2011.



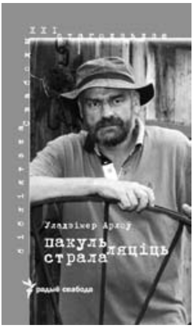
Вячаслаў Ракіцкі.
Сто адрасоў Свабоды.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2011. — 330 с.

Саўка ды Грышка. Год першы.
Калекцыя 50 песьняў – падзеі году ў сатырычным дуэце Лявона Вольскага з самім сабой на Радыё Свабода.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2011.

Альгерд Бахарэвіч.
Малая мэдычная энцыкляпэдыя Бахарэвіча.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2011. — 320 с.: іл.

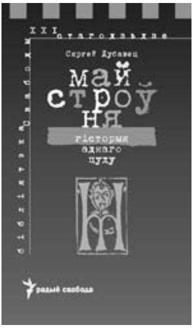
Аляксандар Лукашук.
Сьлед матылька. Освальд у Менску.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2011. — 390 с.: іл.

Адзін дзень палітвязьня. 2009–2011.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2011. — 328 с.: іл.



Уладзімер Арлоў.
Пакуль ляціць страла.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2012. — 400 с.: іл.

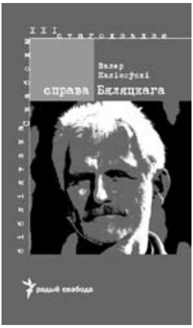
Уладзімер Арлоў.
Імёны Свабоды.
Аўдыёкніга.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2012.



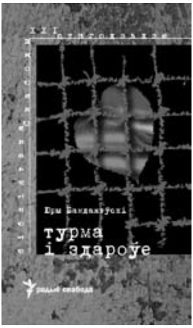
Сяргей Дубавец.
Майстроўня. Гісторыя аднаго цуду.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2012. — 464 с.: іл.

Слоўнік свабоды.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2012. — 516 с.

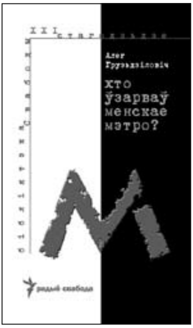
Альгерд Бахарэвіч.
Гамбурскі рахунак Бахарэвіча.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2012. — 428 с.: іл.



Валер Каліноўскі.
Справа Бяляцкага.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2012. — 364 с.: іл.

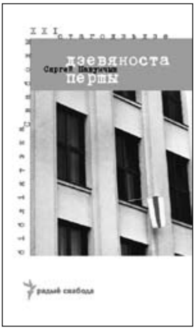


Юры Бандажэўскі.
Турма і здароўе.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2013. — 250 с.: іл.



Алег Грузьдзіловіч.
Хто ўзарваў менскае мэтро?
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2013. — 354 с.: іл.

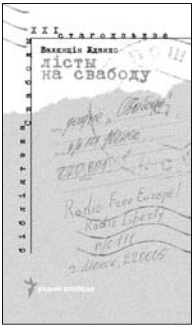
Юрась Бушлякоў.
Жывая мова.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2013. — 294 с.: іл.



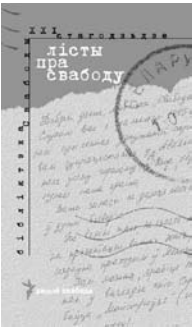
Сяргей Навумчык.
Дзевяноста першы.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2013. — 536 с.: іл.

Анатоль Лябедзька.
108 дзён і начэй у засьценках КДБ.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2013. — 434 с.: іл.

Альгерд Бахарэвіч.
Каляндар Бахарэвіча.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2014. — 464 с.: іл.



Валянцін Жданко.
Лісты на Свабоду.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2014. — 428 с.



Лісты пра Свабоду.
Радыё Свабодная Эўропа/Радыё Свабода, 2014. — 314 с.